Mat. med
905e

Rohatzsch

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Die Krankenkochkunst,

oder

Anweisung

zur

Bereitung der zweckmäßigsten Speisen und Getränke für Kranke und Genesende;

als

Fortsetzung und Ergänzung von Hufeland's

Makrobiotik.

Ein unentbehrlicher Rathgeber für alle Stände

von

Dr. Med. N. H. Rohatzsch.

Stuttgart.
Verlag der J. B. Metzler'schen Buchhandlung.
1838.

17. C.

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Dem

Herrn Ritterguts-Besitzer

Clausnitzer

zu

Werresdorf in Sachsen

mit Hochachtung und Verehrung zugeeignet

vom

Verfasser.

Einleitung.

Meine lieben Leserinnen und Leser!

Ohne Zweifel wird Jedes von Ihnen einsehen, daß das, worüber ich hier sprechen will, eine Sache von der höchsten Wichtigkeit sei. Es handelt sich ja nicht um gelehrte Theorien, in zierlich gestellten Worten vorgetragen, sondern um die theuere Erfahrung in schlichter aber wahrheitgetreuer Erzählung Denen mitgetheilt, welchen jeder Rath willkommen ist, *wie man Leidenden helfen, sie erquicken und vor schädlichen Dingen bewahren könne.*

Wie manche von Ihnen werden nicht schon in den Fall gekommen sein, daß sie an dem Bett eines geliebten Kranken vergebens sannen und fragten, welches Getränk, welche Speise denselben laben und doch nicht schaden möchte. Selbst der Arzt erschöpfte sich in Vorschlägen. Ward endlich etwas Angemessenes und Wohlschmeckendes gefunden, so zeigte nach wenig Tagen der Kranke Widerwillen, es zu genießen, und Sie waren von Neuem in der verzweifelten Lage. — Oder wie oft ist ein Leidender nicht eigensinnig? Trifft es sich nun unglücklicher Weise, daß wir noch nicht bewandert sind in der Krankenpflege, er vielleicht auch dann gerade Speise oder Trank begehrt, wann der Arzt nicht gegenwärtig und auch nicht herbeizurufen ist; wie rathlos stehen wir in solchen Augenblicken und wie willkommen erscheint dann ein rathender Freund.

Als solcher wage ich diese Blätter meinen Lesern zu bieten. Zwar haben schon früher einige Heilkundige ein Gleiches versucht und es freut mich, bei dieser Gelegenheit die Namen * jener menschenfreundlichen Männer wieder in das Gedächtniß zurückrufen zu können. In der neuesten Zeit aber hat man es noch nicht der Mühe werth gefunden, sich von Seite der Aerzte mit dem Gegenstand ins Besondere zu beschäftigen. Indem ich mich dieser Arbeit unterzog, war es mir jedoch nicht sowohl darum zu thun, auf diesem Weg einen Namen als Schriftsteller zu erwerben; sondern ich schritt nur mit dem redlichen Willen an das Werk, der Menschheit nach Kräften nützlich zu werden. Das Werk soll seinen Meister loben, nicht dieser jenes. Ferner waren es nicht allein eigene Erfahrungen, sondern die vieler tüchtiger praktischer Aerzte und Mittheilungen von guten Hausfrauen, welche ich dabei zu Grunde legte. Jedoch, wie niemals so auch hier, hat es mir gegolten, auf die Worte des Meisters zu schwören. Mir ist es gleich, ob sie Allopathie, Homöopathie, Wasserheilkunde heißen, von denen ich meine Vorschriften entnehme, sind sie nur gut und in der Anwendung brauchbar gefunden worden. Alles prüfet und das Beste behaltet. Wohl wird noch Mancher nach mir kommen, der mehr und Besseres liefert, als ich; aber ohne Anfang auch kein Fortschritt. Bin Denen, die mir folgen, darum nicht neidig, mögen sie nur recht fleißig Dasjenige aus meinem Buch benützen, was ihnen gut und annehmbar scheint.

So viel denn über die Beweggründe, welche mich dazu antrieben, ein Kochbuch für die Köchinnen von Krankenspeisen zu verfertigen. Jetzt zur Sache selbst.

* J. H. Varnhagen, Kochbuch für Kranke. 1794.
J. Ph. V. Menzzer's neues medicin. Kochbuch für Kranke. 2 Theile. 1817—20.

Alles, was nur die Erde von ihren Erzeugnissen aufzuweisen hat, ist fast auch von der kunstfertigen Hand des Menschen so zubereitet worden, daß es seinem verwöhnten Gaumen einen Genuß zu verschaffen vermöge. Ja er hat den eigenen Körper schon so weit gebracht, daß dieser durch Gewohnheit Schädliches aller Art, selbst schreckliche Gifte, wie Opium u. s. w., ertragen lernt.

Unter dieser Menge von Nahrungsmitteln diejenigen angeben zu können, welche die kranke oder genesende Menschheit genießen darf, ist eben keine so leichte Sache. Je weniger nämlich gewisse Dinge uns schaden oder widerlich sind im gesunden, um so gefährlicher und abstoßender sind sie nicht selten, wenn wir uns im kranken Zustande befinden. So haben die Kranken, welche an schleimig-galligten Fiebern darniederliegen, einen unüberwindlichen Abscheu gegen alles Fleisch. Schon der Geruch von der Brühe desselben verursacht ihnen Ekel, Aufstoßen, bei manchen sogar Erbrechen. Die Natur hat dadurch dem Arzt einen vortrefflichen Wink gegeben; denn wie wir später sehen werden, ist es gerade das Fleisch, welches unter allen Nahrungsmitteln am leichtesten in Fäulniß übergeht.

Nicht genug aber, daß wir bei Auswahl der Speisen und Getränke die Natur und das Wesen der Krankheit berücksichtigen müssen, es verlangt auch, daß wir den Körperbau (Constitution), das Alter, die Gemüthsart (Temperament), Gewohnheiten und Eigenheiten (Idiosynkrasien) unseres Kranken in sorgfältigen Betracht ziehen. Ihnen ist häufig für die Entscheidung in Genesung oder Tod eine wichtige Rolle zugetheilt und übereilte Strenge bei den Vorschriften kann hier eben so gut schaden, als zu große Nachsicht. — So erinnere ich mich eines Falles mit einer Wöchnerin. Dieselbe, im größten Fieber von unerträglichem Durst gepeinigt, verlangte sehnlichst nach einem Glas kalten

Wasser. Die Hebamme war durchaus nicht zu bewegen, ihr solches zu reichen, sondern meinte, es sei zweckdienlicher, statt dessen der armen Frau fortwährend warmen Chamillen-Thee einzuflößen. Der Arzt fand zu seiner Verwunderung, als er erschien, die Kranke in einem höchst bedenklichen Zustand und alle Erscheinungen einer herannahenden Gehirn-Entzündung. Noch hatte die Leidende so viel Besinnung, ihre Bitte bei jenem zu erneuern. Dieser stand keinen Augenblick an, ihr eßlöffelweise kaltes Wasser trinken zu lassen, und in wenig Stunden schon war sichtliche Besserung eingetreten ohne Anwendung sonstiger Mittel. Später genas die Frau vollkommen.

Aus diesem Allen läßt sich nun der einfache Schluß ziehen, daß Wer für Kranke kochen will, sich vorher mit Dem genau bekannt machen muß, was eine Abänderung bei der Wahl und Bereitung von Speisen und Getränken bedingen kann. Daher sei dieß auch der erste Gegenstand unserer Betrachtung, ehe wir Dasjenige erörtern, was von den Nahrungsmitteln im Allgemeinen gesagt werden soll.

Erster Theil.

Von der Diät und den Nahrungsmitteln im Allgemeinen.

Capitel 1.

Ueber die Diät nach Unterschied der Gemüthsart (Temperament), des Alters, Standes und Geschlechtes.

Gemüthsart oder Temperament nennen wir die jedem Menschen eigenthümliche Weise, nach welcher er seine Gedanken und Handlungen einzurichten pflegt. Sie hat ihren Grund in der Beschaffenheit der festen und flüssigen Theile des Körpers und deren Verhalten zu einander. Aus diesem Grund eben übt sie nun einen so großen Einfluß auf das Leben des Menschen aus und macht in allen Zufällen, welche denselben treffen, ihre Rechte geltend. Die ältesten Aerzte erkannten dieses schon und waren bemüht, mehrere Menschen mit ähnlicher Gemüthsart zu beobachten und darnach einen Unterschied der Gemüthsarten überhaupt zu bestimmen. Es gelang ihnen, und da sich im Wesentlichen ihre Eintheilung bis auf den heutigen Tag erhalten hat, so nehme ich keinen Anstand, sie ebenfalls hier beizubehalten.

Nach dieser Eintheilung gibt es nun eine sanguinische, oder auf das Leichteste erregbare, Gemüthsart. Leute von diesem Temperamente besitzen ein weiches, weißes, wenig fettes Fleisch; viele, zarte und kleine Blutgefäße mit dünnflüssigem, hellrothem Blute, ohne starken Puls. Ihre Haare sind mehrentheils blond, gelb oder röthlich und die

Augen blau oder grau, seltner braun. In gesunden Tagen gehen bei ihnen alle Ab- und Aussonderungen leicht von statten, sie schwitzen viel, haben öftern Stuhl- und Harngang und nehmen daher auch gern viel Nahrung zu sich. Sie besitzen häufig Neigung zur Wollust, Freude und Ueppigkeit und sehen mehr auf den Wohlgeschmack der Speisen, als auf die Menge.

Aus diesen Gründen taugen Kranken von dieser Gemüthsart die Fleischspeisen nicht viel und am schlechtesten die nach französischer Küche zubereiteten und es ist ihnen mehr gekochtes Gemüs und Obst anzurathen. Deßgleichen sind Wein, Brantwein und Chocolade zu verwerfen. Für sie ist reines, frisches Quell- und Brunnenwasser das vorzüglichste Getränk. Wollen sie sich hierzu nicht bequemen, so gebe man Wasser mit wenig Wein, Citronensaft oder Essig säuerlich gemacht, oder solche Mineralwasser, die Kohlensäure aber wenig Salze und gar kein Eisen enthalten, auch Halbbier, weißes Bier in kleiner Menge schadet ihnen nicht bei allen denen Krankheiten, welche es überhaupt zulassen. Ebenso dürfen sie den weiter unten beschriebenen Brodtrank genießen.

Alles stark Geistige oder Gewürzhafte regt sie in hohem Grade auf und bewirkt dann eine im Verhältniß stehende Erschöpfung. Da sie leicht vergeßlich sind, so muß man dieses benützen, um ihre Forderungen, die nicht zu gewähren sein könnten, zu beschwichtigen.

2. Die cholerische oder leicht zu erregende, zornige Gemüthsart. Menschen von dieser Gemüthsart sind in der Regel hager, von dichtem, harten, derb anzufühlenden Fleisch mit braunröthlicher Farbe. In den großen, blaudurchscheinenden Adern fließt ein dünnes, rothes, flüssiges und flüchtiges Blut, was leicht in Aufwallung geräth, jedoch etwas schwerer als bei den sanguinischen Menschen, ihr Puls aber

ist schneller und härter. In gesunden Tagen gehen ihre Ab- und Aussonderungen ebenfalls gut und regelmäßig von statten und ihr Appetit ist vortrefflich. Sie besitzen gewöhnlich hellbraunes, braunes und schwärzliches Haar, so wie dunkle Augen, die herrlichsten Geistes-Anlagen und durch die Uebereinstimmung aller Körpertheile untereinander Hoffnung zu langem Leben. Erhitzende oder sehr wärmende Speisen sollen bei ihnen vermieden werden, es müssen anfeuchtende und erschlaffende sein. Wenn Cholerische weit auf dem Wege der Besserung vorgerückt sind, so können ihnen (natürlich mit steter Berücksichtigung der Art und der Zeit ihrer Krankheit) folgende Fleischspeisen gestattet und wenn in geringer Menge genommen, ohne alle Beschwerde genossen werden: als Kalbfleisch, junges Rindfleisch, Lammfleisch, Hühner, Enten, Fische und Krebse in Brühe. Säuerliche Getränke und gutes Wasser, viel weniger aber Thee, Caffee und Chocolade, bekommen ihnen gut.

3. Melancholische Gemüthsart. Leute von diesem Temperament haben ein dunkelrothes, dickes, träges Blut, welches in großen Adern langsam seine Bewegung macht. Ihr Fleisch ist mager und wenig fest, trocken, ihre Hautfarbe weiß und ins Gelbliche fallend. Sie haben mehrentheils schwärzliches, schwarzes und etwas krauses Haar, schläfrige, unfreundliche Augen, traurige, tiefsinnige Mienen; ihre Rede, Gang und Verrichtungen bezeugen die Trägheit des Blutumlaufes. Ihre Leidenschaften sind schwer erregbar, dann aber dauernd. Die Aus- und Absonderungen der Haut, der Nieren und des Darmkanals gehen langsam von statten, so wie die Verdauung; ihre Haut ist mehr trocken als feucht. Sie kommen, wenn sie krank werden, in der Regel langsam von Kräften, erhalten sie jedoch auch langsam wieder. Dabei sind sie sehr zur Verstopfung

geneigt und leiden an Unterleibsbeschwerden, welche sie eigensinnig, mürrisch und verdrüßlich machen.

Sie lieben gewöhnlich Essen und Trinken nicht sonderlich, desto mehr aber das Geld und andere Reichthümer. Als Kranke machen sie dem Arzt und den pflegenden Personen viel Noth. Immer besorgt, daß nur ja die Heilmittel und die Krankenkost den Geldbeutel nicht in Anspruch nehmen möchten, haben sie bald Dieß, bald Jenes auszusetzen. Auch muß man sich hüten, ihre Begierde nach irgend Etwas zu erwecken, was man ihnen dann versagen müßte, denn sie bestehen oft mit der äußersten Hartnäckigkeit auf Erfüllung ihres Wunsches und vergessen schwer. Daher ist es besser, sie um das, was sie zum Essen oder Trinken wünschen, weniger zu befragen und ihnen nicht vielerlei Vorschläge zu machen. Man mache sich aus Dem, was später noch über die Kost in den verschiedenen Krankheiten gesagt werden wird, einen bestimmten Küchenzettel und ändere ihn allgemach mit ihrer Besserung.

Von Fleischspeisen sollen sie in kranken Zuständen vor allen Dingen die stark gesalzenen, schwer verdaulichen und vor allen Fische meiden, auch nicht stark nährende, vielmehr leicht verdauliche Gemüse und kein herbes Obst genießen. Bei ihrer langsamen Wiederherstellung ist fortgesetzte, strenge Lebensordnung nöthig. Frisches Wasser sei ihr Getränk, doch kann zur Stärkung und Erwärmung ein kleines Gläschen alter, feuriger Wein oder reiner Brantwein wohl erlaubt werden. Von warmen Getränken bekommt ihnen nicht zu starker und nicht zu schwacher Thee am besten. Verlangen sie durchaus Bier, so muß solches ein dünnes sein.

4. Phlegmatisches Temperament. Leute dieser Gemüthsart haben weiches, blasses, aufgedunsenes Fleisch, die Muskelfasern sind schlaff und haben wenig Kraft, sich gehörig zusammen zu ziehen. In ihren zarten und wenig

sichtbaren Adern fließt ein wässriges und helles Blut, das gern Schleim absetzt. Ihre Ab- und Aussonderungen gehen träge und unregelmäßig von statten und da sie dabei doch viel essen, so werden sie gern fett und sind Schlagflüssen ausgesetzt. Gewöhnlich läßt sich mit ihnen als Kranken recht wohl auskommen, nur darf man denselben wegen Bestimmung der Lebensordnuug nicht zu viel freien Willen lassen, indem sie, nicht selten, aus früherer Gewohnheit zu essen und zu trinken pflegen, wenn es selbst mit eigenem Widerwillen geschähe.

Mäßigkeit für sie ist aus diesem Grund ganz vorzüglich zu empfehlen. Sie sollen kräftige aber leicht verdauliche Fleischspeisen (namentlich in der Form von Braten) genießen, welche gegen die Genesung hin mit einheimischen Gewürzen und gewürzreichen Kräutern und Wurzeln schmackhafter gemacht werden können. Fische und Krebse müssen gemieden werden. Von den Gemüsen sind ebenfalls die zu empfehlen, welche den Unterleib am wenigsten durch Blähungen beschweren. Diesen Kranken kann am frühesten ein Glas guter acht- bis zehnjähriger Wein erlaubt werden. Auch eine Tasse Caffee oder Thee. Bier taugt ihnen schlecht.

Zum Schlusse dieses Capitels sei erwähnt, daß sich diese Gemüthsarten selten rein antreffen lassen, vielmehr sich bald weniger bald mehr mit einer andern Gemüthsart verschwistern oder in sie übergehen. Eine wird jedoch stets als die hervorstechende erscheinen und nach ihr muß die Krankenküche eingerichtet werden.

Capitel 2.

Von der Lebensordnung bei kranken Kindern und alten Leuten.

Wenn Kinder, die dem Säugen an der Mutter oder Amme entwöhnt sind, erkranken, so gebe man ihnen während

ihres Leidens nur wenige und sehr dünne suppenhafte Nahrung, welche keine Blähungen verursachen kann. Etwas Milchsuppe mit Semmel und reines Wasser sei ihr Getränk. Fleischspeisen, die ihnen in gesunden Tagen nicht sehr zuträglich sind, können dieses um so weniger in kranken sein. Da Kinder aber ihrer schnelleren Verdauung halber mehr Nahrungsmittel brauchen, so reicht man ihnen kleine Portionen in öfteren Zeiträumen. Nur übertreibe man nicht und überrede sie wohl gar zu essen, wenn sie keinen Trieb dazu fühlen. — Die Natur gibt, wann sie es bedarf, dieses von selbst durch den Hunger zu erkennen. — Die Bezeichnung der einzelnen Nahrungsmittel werden die geehrten Leser im zweiten Theile bei der Lebensordnung in den verschiedenen Kinderkrankheiten abgehandelt finden.

Im Greisenalter dagegen wird der Körper mehr und mehr lässig in seinen Verrichtungen, die Kau- und Verdauungswerkzeuge beweisen sich schwach und unthätig, alle Ab- und Aussonderungen stocken und werden scharf, die Ernährung des Körpers nimmt steetig ab, bis endlich der letzte Lebensfunke in dem göttlichen Baue erlischt und er zu Dem zerfällt, woraus er erstanden. Je weniger aber die dazu bestimmten Theile mehr fähig sind, guten, kräftigen Nahrungssaft zu bereiten, um so mehr muß man bei kranken alten Leuten darauf sehen, daß dieses Geschäft durch unzweckmäßige Nahrungsmittel nicht noch mehr unterdrückt werde.

Man reiche daher die leichtest zu verdauenden Speisen, gebe zuweilen einen Eßlöffel voll alten Wein als Arznei und übrigens frisches Wasser, welches ungemein stärkend auf die trocknen und spröden Muskelfasern wirkt. Bier verschleimt und bringt wie die erschlaffenden warmen Getränke großen Schaden.

Capitel 3.

Von der Lebensordnung bei kranken Personen der höhern Stände, des Bürger- und Bauernstandes.

Die höhern Stände haben von Alters her nicht eben mäßig gelebt, davon geben alle Chroniken Zeugniß und in dieser Hinsicht ist es mit der guten alten Zeit nichts mehr, als wie mit einer guten alten Fabel. — Darum ist es auch eine vergebliche Sache, wenn der Arzt predigt: trinkt Wasser und esset wenig, damit ihr gesund bleibt. Es folgen ihm nur eine kleine Zahl und darum sehen wir auch eine Menge vornehmer und reicher Leute täglich, die an den schrecklichsten Uebeln leiden und ihr Leben mit Verdruß und Unzufriedenheit in beständiger Kränklichkeit hinschleppen. Sie fühlen sich immerfort unwohl, sind dabei mürrisch, zänkisch, unausstehlich eigensinnig, mißtrauisch, selbst gegen alte treue Diener, und können durch ihre hunderterlei Forderungen selbst ein phlegmatisches Gemüth zur Verzweiflung bringen. Am Schlimmsten hat es dann gewöhnlich ihr Küchenpersonal. Heute schmecken ihnen vielleicht alle Speisen vortrefflich und des Lobens ist kein Ende, weil der immerfort überfüllte Magen, welcher sich in der letzten Zeit durchaus nichts mehr gefallen ließ, einige Tage Ruhe hatte und so sich denn auch ein ungewöhnlicher Appetit einstellte. Morgen aber ist dieß Alles wieder vorbei und nun schmeckt Nichts, sei es auch noch so kräftig und sorgsam zubereitet. Der Kranke kann das leichtest verdauliche Gericht nicht genießen, der schwache Magen erbricht sich, oder es folgt Drücken, Ekel, ꝛc.

Hat die Krankenköchin sonst ihre Pflicht gethan, so braucht sie sich keinen Vorwurf zu machen, daß ihre Speisen daran Schuld seien, was der Unfolgsamkeit und Unmäßigkeit des Leidenden selbst zugeschrieben werden muß. Dagegen aber, wenn dieser bei seiner langwierigen Krankheit

folgsam ist, streng sich von Dem enthält, was ihm verboten wurde, dann beobachte auch die Köchin doppelte Vorsicht. Es sind mir Fälle bekannt, wo übel angebrachter guter Wille, dem Kranken einen Leckerbissen zu bereiten, die Heilung nicht allein unterbrochen, sondern auch die gefährlichsten Rückfälle veranlaßt hat. Es ist mir freilich wohl bekannt, wie schwer es einer guten Köchin wird, alle Tage die einfache, für einen gesunden Menschen selbst unschmackhafte Krankenkost zu bereiten. Allein langwierige Krankheiten sind wie ein Baum, der Jahre braucht, seine Stärke zu erreichen, dann aber auch nicht von Einem Streich gefällt wird. Berücksichtigen wir dabei die Menge von Beispielen, die beweisen, daß kränkliche und schwache Personen bei einer regelmäßigen Lebensordnung ein sehr hohes Alter erreichten, so ist dieses eine Aufforderung mehr, große Vorsicht bei Auswahl der Speisen und Getränke für Solche anzuwenden. Man wähle darum eine Kost, die einen guten Nahrungssaft abgeben kann, ohne die geschwächten Verdauungswerkzeuge bei ihrer Arbeit zu sehr anzustrengen. Vermeide die scharfen und zu sauern Speisen, koche und dämpfe die Gemüse nicht fett und gebe magres und wenig Fleisch. Die warmen Getränke, wenn der Körper an sie gewöhnt ist, suche man demselben allmählich zu entziehen und mit Vorsicht das frische Wasser an dessen Stelle zu setzen, welches man Anfangs auf ein Maaß mit vier Eßlöffeln guten starken Wein vermischt trinken lasse; dabei beobachte man, was im zweiten Theil über die Anwendung des Wassers zum Trinken gesagt ist.

Der minder bemittelte Bürgersmann und der Bauer führen so ziemlich eine zwar nahrhafte, aber auch nur durch tüchtige Bewegung verdauliche Kost. Weil sie dieselbe zur Zeit der Gesundheit wohl vertragen, stehen nun viele in dem sonderbaren Wahne, der Körper sei so daran gewöhnt,

daß ihm dieselbe auch während einer Krankheit nicht absonderlich schaden könne. Ich habe selbst Aerzte gefunden, welche diese Meinung theilen. Allein Dieß ist durchaus falsch. Der festeste und abgehärteste Magen kann bei kurzem Krankenlager so geschwächt werden, daß er Nichts mehr ohne den größten Schaden für den Kranken annimmt, was auch nur im Mindesten schwer verdaulich, erhitzend oder reizend ist. Dabei finden wir nicht selten Kranke dieser Stände, welche dennoch nach ihrer früheren Kost verlangen. Diesen zu willfahren, muß sich eine liebevolle Hausfrau hüten, und selbst wenn es Ueberwindung koste, Nichts ohne Rücksprache mit dem Arzt zu unternehmen. Auch bei den Genesenden brauche man die Vorsicht, sie nur allgemach an die frühere Kost zu gewöhnen.

Damit sich die geehrten Leserinnen recht genau unterrichten können über die Verdaulichkeit der Nahrungsmittel, so habe ich, wo von ihnen die Rede sein wird, auch alle diejenigen namentlich aufgeführt, welche sich für Kranke gar nicht und für Genesende nur wenig eignen.

Capitel 4.

Von der Lebensordnung des weiblichen Geschlechts.

Das Weib, in der Regel von kleinerem und zarterem Bau, weichern und schwächern Muskelfasern, ist im Allgemeinen mehr zu Krankheiten geneigt im Verhältniß zum Manne. Da es seiner Bestimmung zum Kinderzeugen gemäß mehr Blut besitzt und diese Flüssigkeit in unsern Körper wohl am häufigsten den Stoff zu Krankheiten abgibt, so darf nur dessen Mischungsverhältniß, und dieses geschieht leicht, in dem weiblichen Körper auf irgend eine Weise verän-

dert werden, und sogleich ist auch die Gesundheit gestört. Die angeborene größere Empfindlichkeit bei dem schönen Geschlecht trägt auch dazu bei. Der Eintritt und das Aufhören der monatlichen Reinigung, die Schwangerschaft, Geburt, das Entwöhnen des Kindes, sind jederzeit für das Weib Gefahr drohend. Nicht selten werden die Ab- und Aussonderungen des Körpers unterbrochen und lassen sich nur durch langwierige Kuren wieder herstellen.

Da nun, wie wir bei dem sanguinischen Temperament gesehen haben, ein leichtflüssiges, die Adern schnell durchrollendes Blut alle Ab- und Aussonderungen des Körpers ungemein befördert, so müssen Weiber von dieser Gemüthsart die gesündesten sein, was auch die Erfahrung vielfach bestätiget. Hieraus ergibt sich zugleich die Diät, welche dem weiblichen Geschlecht in Krankheiten vorzuschreiben ist. Sie besteht in dem Genusse von solchen Nahrungsmitteln und Getränken, die säuerlich, wenig zur Fäulniß geneigt, oder Blähungen verursachend, das Blut verdünnen und zu den angegebenen Zwecken fähig machen. Und so finden wir auch bei den Frauenzimmern wenig Krankheiten, bei denen eine solche Lebensordnung nicht anzuwenden wäre.

Capitel 5.

Ueber Gewohnheit und Eigenheiten und die Berücksichtigungen derselben bei Kranken.

Welche Macht die Gewohnheit auf uns ausübt, hat Jeder von uns mehrmal in seinem Leben an sich selbst empfunden. Gewohnheit ist das Schmarotzergewächs, was mit dem Menschen wächst und ihn umrankt, ja, ist er nicht sorgfältig bemüht, demselben Gränzen zu setzen, mit der Zeit ihm den Untergang bringt. Dennoch ist dieser sonst

furchtbare Feind des Menschen nicht selten sein Retter aus Gefahr geworden. Daher Vorsicht, wenn man gegen sie zu Felde zieht, namentlich bei Kranken. Was mit uns so innig verwachsen ist, darf nicht mit einem Mal ausgerottet werden.

Die Fälle sind häufig, wo Trinker, denen man plötzlich den gewohnten Genuß entzog, in tödtliche Krankheit verfielen. So soll ein Kranker einst dadurch gerettet worden sein, daß man ihn wie früher Tabak rauchen ließ.

Bemerkt man also bei einem Kranken, daß die Entziehung Desjenigen, was ihm, als er sich noch der Gesundheit erfreute, zur täglichen Gewohnheit geworden war, in der That nachtheilige Wirkung in seinem Zustand hervorbringt, so gestatte man es mit Maß und Ziel. Fürchtet man aber, daß der fortgesetzte Gebrauch bei der Kur hinderlich ist, so mache man den Versuch mit einer allmählichen Entziehung. Eigene Erfahrung hat mich gelehrt, wie glücklich man durch diesen Mittelweg sein wird.

Ferner ist es eine allgemein bekannte Sache, welche Eigenheiten Kranke besitzen, wie sie nach Diesem oder Jenem unwiderstehliches Verlangen tragen. Hier ist aber ein scharfer Blick nöthig, um solche Eigenheiten von dem Eigensinn zu unterscheiden, denn dieser läßt die Kranken selbst Das verlangen, was ihnen offenbar schädlich sein würde, während bei den Eigenheiten die Natur häufig das Mittel zu erkennen gibt, durch welches die Heilung befördert wird. Hat man die Gewohnheiten und Gemüthsart seines Kranken fleißig beobachtet, weiß man, was er in gesunden Tagen zu thun pflegte, so ist es nicht so gar schwer, der Wahrheit auf die Spur zu kommen. Ist man aber dennoch ungewiß, ob der Genuß einer Speise oder eines Getränkes nicht schaden würde, so verspare man die Erfüllung des Wunsches, bis mit dem Arzte darüber Rücksprache genommen wurde.

Nur muß diese bei hitzigen Krankheiten nicht zu lange verschoben werden.

Wie durch solchen Naturtrieb die Kranken sich selbst das Leben retteten, davon aus vielen nur ein Beispiel.

Ich kannte ein achtzehnjähriges Mädchen, das von der häutigen Bräune befallen wurde. Der Zustand war sehr bedenklich. Ihr Arzt, ein alter, erfahrner Praktikus, stand an der Kranken Bett, als sich eben wieder Erstickung drohende Zufälle einstellten. Eltern und Geschwister umstanden in banger Besorgniß den Arzt, auf dessen Gesicht wenig Hoffnung zu lesen, und der, um seinem Gedächtniß vielleicht ein Rettungsmitel abzukaufen, eine Prise Spaniol nahm. Die Kranke mochte die Tabaksdose wahrgenommen haben. Ehe man es noch verhindern konnte, hatte sie dieselbe erfaßt und daraus eine ziemliche Menge des scharfen Tabaks zur Nase geführt. Es erfolgte sogleich das heftigste Niesen, die Häute, welche das Athmen verhinderten, zerrissen, wurden ausgeworfen und nach wenig Tagen war die Kranke wieder hergestellt.

Capitel 6.

Von den Nahrungsmitteln im Allgemeinen.

Nahrungsmittel sind zur Erhaltung unseres Körpers unumgänglich nöthig und die Natur hat es so eingerichtet, daß wenn die gehörige Menge des Nahrungssaftes im Körper nicht mehr vorhanden ist, ein eigenthümlicher Reiz entsteht, den wir Hunger nennen und der uns zum Essen nöthigt und uns dasselbe angenehm macht. Sobald der Körper aber von den Speisen so viel eingenommen hat, als er zur Erzeugung des neuen Nahrungssaftes bedarf, so ist dieser Reiz gestillt.

Zur bessern Zersetzung und Verdünnung der Speisen bedürfen wir des Wassers, welches auf der Erde in großen Massen verbreitet ist. Der gesunde Mensch empfindet daher einige Zeit nach dem Essen Appetit zum Trinken, Durst.

Bei kranken Menschen treten jedoch hier mehrere Veränderungen ein. Die Verdauungswerkzeuge erfüllen ihre Pflicht unvollkommen oder gar nicht mehr, das Blut und die übrigen Theile sind nicht mehr so thätig, den Nahrungssaft in sich aufzunehmen, andere Stoffe, Reize, Erschlaffungen u. s. w. verhindern dieses. Daher finden wir in den meisten schweren Krankheiten die Eßlust anfangs ganz unterdrückt und da mehrentheils die Säfte ins Stocken gerathen sind, eine größere Neigung zum Trinken, indem die Natur durch größere Verdünnung derselben sie zum schnellern Umtrieb geneigt, oder, wenn in jenen eine übermäßige Wärmeabsonderung stattfindet, abkühlen will.

Je mehr der Erkrankte später der Genesung zuschreitet, um so mehr stellt sich auch das Gleichgewicht in dem Verlangen nach Essen und Trinken wieder her.

Aus eben Gesagtem läßt sich nun leicht abnehmen, daß die Nahrung für Kranke eine sorgsam gewählte sein müsse, und ergibt sich zugleich die Nothwendigkeit, eine genaue Kenntniß von der Beschaffenheit unserer gebräuchlichen Nahrungsmittel zu haben. Wer diese nicht erlangt, wird auch Kranken selten Etwas so zubereiten können, wie es ihr Zustand erfordert.

Zuerst müssen wir die Eigenschaften kennen lernen, welche unsere Nahrungsmittel überhaupt besitzen und in welchem Verhältniß dieselben zu dem menschlichen Körper stehen.

Wie der Name schon anzeigt, müssen sie nährende Bestandtheile besitzen; diese sind aber verschiedener Gattung und nur mehr oder weniger obiger Anforderung entsprechend. Der neueren Chemie ist es gelungen, jene nährende Bestandtheile

den Nahrungsmitteln auszuziehen und von den übrigen Stoffen getrennt darzustellen, so wie die Grade, in denen sie nährend sind, anzugeben. Man hat sie also benannt:

Schleim, Stärkemehl, Zuckerstoff, vegetabilische Gallerte, thierische Gallerte, Eiweißstoff, Oel, Fett.

Die vier ersten nebst dem Oel gehören dem Pflanzenreich, die letzteren dem Thierreich an.

Das Nahrhafteste für den menschlichen Körper ist dasjenige, was mit seinen Theilen zunächst in Verwandtschaft steht und eine ähnliche Zusammensetzung hat: die thierische Gallerte und der Eiweißstoff, nicht aber das Fett, wie man häufig glaubt, denn dieses nährt nebst dem Oel am schlechtesten. Vor ihm kommen noch die Pflanzenstoffe in der Reihenfolge: vegetabilische Gallerte, Stärkmehl, Schleim, Zucker.

Jedoch nicht allein Nahrung verlangt der Magen, sondern auch Sättigung. Dieses ist wohl zu beachten. Wir müßten, wollten wir uns z. B. mit thierischer Gallerte sättigen, eine so große Menge derselben zu uns nehmen, daß mehr als zu viel nährender Stoff in den Körper käme und daraus ein eben so großer Nachtheil entstünde, als wenn wir nur sättigende Stoffe zu uns genommen hätten, und der Körper der Nahrung entbehren müßte; denn nicht allein der Magen entzieht den Speisen die nährenden Theile, sondern auch die Gedärme. Durch die sättigenden Stoffe werden dieselben ausgedehnt und erfüllen dabei den Zweck, letztere völlig zu zerlegen und alles Nahrhaften zu berauben.

Dem gesunden, kräftigen Menschen bekommt das schwarze Hausbrod recht wohl, welches doch bei weitem nicht so viel Nahrungsstoff enthält, als das weiße von Waizen gebackene.

Ein ander Ding ist es aber bei Kranken. Hier sind die

Verdauungswerkzeuge geschwächt; kommen nun viel sättigende Stoffe in dieselben, so sind jene nicht im Stande, diese gehörig zu verarbeiten und das Nahrhafte auszuziehen; ferner fehlt den Gedärmen die Kraft, durch kräftige Zusammenziehungen das Unverdauliche fortzuschaffen, es bleibt liegen in ihnen, bildet sogenannte Infarkten und geräth in eine Art von Gährung und Fäulniß.

Dieses (nämlich Nahrung und Sättigung) sind aber nicht die einzigen Eigenschaften, wodurch Speise und Trank auf unsern Körper wirken.

Es gibt Nahrungsmittel, welche einen gewissen Reiz entweder nur auf einzelne Theile oder auch auf den ganzen Körper hervorbringen können. So zieht die saure Kirsche zusammen und ein starker Wein regt unser Blut im hohen Grade auf. Andere bringen Kühlung oder Erhitzung in uns hervor, was man gleichfalls als eine besondere Art von Reiz ansehen könnte. Einige erzeugen gern Säure, andere Fäulniß, und endlich gibt es welche, die in den Gedärmen Luftarten entwickeln. — Der Geschmack ist nichts weniger als ein sicheres Kennzeichen von der Nahrhaftigkeit der Speisen, es gibt welche, die den Menschen, wenn sie in Menge genossen werden, nähren, ihm wohlbekommen und doch fast geschmacklos sind.

Das für den Menschen zweckmäßigste Getränk, auch im kranken Zustande, ist das Wasser. Nur sollen Kranke es nicht zu hastig und in zu großer Menge auf einmal schlucken, weil es dann den Magen beschwert; aber frisch kann es ohne die geringste Gefahr genossen werden, es ist sogar besser, wenn man es nicht zu lange stehen läßt. — Nur unter gewissen Bedingungen, deren einige schon oben angegeben wurden, ist erlaubt, außer dem Wasser, was nie ganz entfernt gehalten werden darf, dem Kranken noch andere Getränke zu reichen.

Capitel 7.

Von den Nahrungsmitteln aus dem Thierreich und ihren Eigenschaften ins Besondere.

Wir beginnen mit den Fleischspeisen, als mit denjenigen, welche den meisten Nahrungsstoff besitzen. Sie bekommen dem gesunden Menschen sehr wohl und geben ihm Kraft und Stärke. Auch den Kranken, welche außer Lebensgefahr und bei Appetit sind, soll man sie nicht ganz entziehen, mit Fleischbrühen den Anfang machen und dann zu den zarten Fleischsorten übergehen. — Fehler der Fleischspeisen ist, daß sie die Fäulniß befördern, wo also die Säfte dazu hinneigen, müssen sie vermieden werden.

Das Muskelfleisch der Thiere ist sättigend und nährend, also zur Speise vorzüglich geschickt. Gehirn, Lungen, Nieren, Milz, Leber, Gedärme (Kaldaunen) u. s. w. sind es viel weniger, obgleich sie wegen ihrer größern Weichheit so scheinen und von vielen Köchinnen Kranken in der Meinung gereicht werden, als gebe man ihnen das leichtest Verdauliche. Noch weniger können Knochen, Knorpel, Flechsen den Zweck erfüllen und es gehört ein sehr gesunder Magen dazu, sie zu verarbeiten. Aber durchs Zerkochen lassen sich sehr schmackhafte Brühen aus ihnen bereiten, denn sie enthalten eine große Menge Gallerte, welche nur sehr innig mit erdigen Theilen gebunden ist.

Das Fett eignet sich, wie schon bemerkt wurde, in keinem Fall weder für Kranke, noch für Genesende.

Am tauglichsten ist das Fleisch von pflanzenfressenden Thieren. Von den fleischfressenden genießt man höchstens nur das der Bären, der Hunde (welches sich nicht selten und sonderbar genug, hier mehr das Fett als das Fleisch, sehr heilsam in auszehrenden Krankheiten bewiesen hat), und das einiger Fischgattungen.

Das Fleisch der männlichen Thiere ist fester und daher nicht so leicht zu verdauen, als das der weiblichen, und bei alten noch fester, als bei jungen. Allein das Fleisch allzujunger Thiere taugt nicht für einen Gesunden, viel weniger für einen Kranken. Ich weiß aus mehreren Erfahrungen, daß es im höchsten Grad verschleimt und üble Säfte macht. Durch Mästen und Castriren sucht man das Fleisch des zahmen Viehes wohlschmeckender zu machen. Wenn jenes nicht in dumpfigen, unreinlichen Ställen und mit gutem Futter geschieht, so habe ich nichts dagegen einzuwenden. Im Ganzen genommen bleibt jedoch das Fleisch von dem Vieh immer vorzuziehen, was sich in freier Luft tummeln konnte und dabei fett wurde.

Frischgeschlachtetes Fleisch ist weniger verdaulich, als das, was einige Zeit gelegen hat und dadurch mürbe geworden ist. Nur muß sich dieß nach der Wärme der Luft richten, damit das Fleisch nicht faulend werde. Ein Thier, das vor dem Tode in heftiger Bewegung war, geht leichter in Fäulniß über.

Höchst tadelnswerth würde es sein, wenn man Genesenden Wildpret vorsetzen wollte, wie es in einigen Gegenden Deutschlands, namentlich dem nördlichen, für die sogenannten Gutschmecker zubereitet wird. Diese Menschen genießen nicht allein das so höchst schädliche schon stinkende Fleisch, sondern haben auch keinen Ekel, die gebratenen Maden mitzuverzehren.

Ueber die Bereitungsart der einzelnen Fleischgattungen für Kranke wird in einem besondern Capitel gesprochen werden. Es folge nun die Eintheilung der Thiere, die wir genießen.

Die allgemeinste ist in Wasser- und Land-Thiere. Letztere lassen sich trennen in wilde und zahme und zwar mit den Unterabtheilungen Säugethiere, Vögel. (Wasservögel, Landvögel.)

Jene scheiden sich in Fische (Seefische, Süßwasserfische), Amphibien oder Thiere, die mehr im Wasser, als auf dem Lande leben, Schaalthiere, Insekten und Würmer.

Außerdem gibt es noch einige Erzeugnisse von den Thieren, welche wir ebenfalls genießen und diese heißen Milch (Butter, Käse), Eier.

Capitel 8.

Säugethiere, 1. zahme.

a) Rindvieh. Das Muskelfleisch, vorzüglich das der Lenden, gibt eine vortreffliche und nichts weniger als schwer verdauliche Nahrung, auch für Kranke. Die ungarischen und die steierischen oder Salzburger so wie die Hamburger Ochsen sind in Deutschland berühmt. Kuhfleisch ist weißer, aber auch fasriger. Das Rindfleisch gibt die besten Fleischbrühen. Nicht für Kranke und Genesende passen das gesalzene, das gebeizte und geräucherte Rindfleisch, denn sie sind eines Theiles zu trocken und verstopfend, andern Theils ist durch die Beize schon viel Nahrhaftes entzogen worden. In den Krankheiten und bei den Personen, wo das Rindfleisch als Nahrungsmittel gegeben werden darf, muß man es jedoch immer in sehr beschränkten Portionen verabreichen, und nicht trocken, sondern mit etwas Gemüse oder Brühe. Ist die Verdauungskraft noch sehr geschwächt, so lasse man das Fleisch in Substanz weg und gebe nur eine kräftige Brühe mit abgenommenem Fett und etwas Semmel.

Das Fleisch des jungen Rindviehs nennen wir bekanntlich Kalbfleisch. Es ist nicht so kräftig und nahrhaft als das Rindfleisch, aber wegen geringerer Dichtigkeit und mehreren feuchten Schleims leichter verdaulich, warum es auch

immer zur Krankenkost angerühmt worden ist. Für Kranke und Genesende ist das säuerlich gekochte oder sogenannte eingemachte Kalbfleisch empfehlenswerth, Genesende können auch nicht zu fettgebratenes genießen.

Kalbsfüße abgekocht sind bei schwachen Magen nicht verwerflich, dagegen taugt gebackenes oder gesottenes Kalbshirn, und gebratener Kalbskopf durchaus nicht. Mancher, der sich schon genesen glaubte, hat sich durch eine von diesen Speisen den Magen so verdorben, daß er von Neuem wieder an den Rand des Grabes gebracht wurde.

Das Fleisch des Zugviehs und der alten Kühe, wenn es nicht durch Mästen vorher schmackhaft gemacht wird, ist zäh, fade und schwer verdaulich. Es zeichnet sich durch seine gröbern und sprödern Fasern, so wie durch Trockenheit aus.

b) Das Hammels- oder Schaafvieh. Es gibt ein Fleisch, was Kranke meiden sollen. Genesende können den magern Braten von zweijährigen Hammeln in kleinen Portionen wohl genießen. Altes Schaaffleisch ist eine ganz verwerfliche Speise. Das der Lämmer ist zwar sehr zart, aber auch weichlich und muß, wenn es für Genesende dienen soll, sorgfältig von dem Fett befreit und dann erst zubereitet werden.

c) Ziegen. Das Fleisch der jungen Ziegen wird an einigen Orten Deutschlands nicht ungern verspeist und allerdings haben diese Thiere im Frühjahre, wo sie sich von frisch hervorsprossenden Kräutern und Schossen nähren, ein gesundes, wohlschmeckendes Fleisch, was nicht fett gebraten auch der Genesende gut verträgt.

d) Schweine. Fleisch von Schweinen muß aus unserm Küchenzettel gänzlich gestrichen werden. Selbst sehr gesunden Menschen bekömmt es nur dann wohl, wenn sie es mager essen und nach dem Essen ihren Körper eine starke

Bewegung machen lassen. Hierbei sind auch die Spanferkel und die Würste aller Art mitbegriffen.

Säugethiere, 2. wilde.

a) Hirsch. Für Kranke sind sie keine Speise, wer aber schon weit in der Besserung vorgerückt ist, darf unbedenklich ein Stückchen magern Hirschbraten, wenn es möglich vom Ziemer oder Ziemel, genießen. Nur, und dieß gilt von dem Wildpret überhaupt, taugt es wenig in der Sommerszeit und wenn es durch starkes Jagen (Parforce=) geängstiget worden ist.

b) Reh. Das Fleisch dieses Thieres kömmt mit dem vom Hirsch überein. Junge Rehböcke haben ein sehr zartes, mürbes, leicht verdauliches Fleisch.

c) Wildschwein. Es paßt eben so wenig für die Krankenkost, als das zahme.

d) Hasen. Junge Hasen haben ein zartes, wohlschmeckendes Fleisch, was für die in der Besserung begriffenen Kranken zur Speise als magerer Braten wohl angewendet werden darf. Man wähle nur aber junge, halb erwachsene Hasen, die alten haben ein grobes, hartes, schwer verdauliches Fleisch.

e) Wilde Kaninchen oder Lapins. Sie haben ein noch zärteres und feineres Fleisch als die Hasen, beinahe wie ein Huhn, und können somit ein gutes Krankenessen abgeben. Nur haben manche Menschen einen besondern Widerwillen gegen sie.

Anmerkung. Eine gesunde, leicht verdauliche Kost gibt die gekochte, aber weder gebeizte, noch geräucherte Zunge, namentlich die von den jüngern Thieren. — Kalbslunge in einer säuerlichen Brühe bekommt schwachen Mägen sehr wohl.

Milch.

Die Milch ist von verschiedener Gattung, sowohl in Anbetreff der Thiere, als der Milch selbst. Vorzüglich ist

es die Weide, welche auf die Güte der Milch einen großen Einfluß hat. Die Wintermilch ist weniger schmackhaft. Im Frühjahre dagegen, wenn die jungen, saftreichen Schossen des Grases hervorkommen, wird die beste Milch erzeugt. Eine hohe aber fette Waide gibt bessere und gesündere Milch als eine nasse, morastige und magere. Altes und rinderndes Vieh gibt keine gute Milch, und die von frischmelkenden Kühen ist besser, als die von altmelkenden. Von Kühen soll die Milch am vorzüglichsten sein, wenn sie von einer dreijährigen Kuh, die ungefähr im dritten Monat nach dem Kalben steht, erhalten wird.

Die aromatischen Kräuter, welche das Vieh in den Gebirgen auf seinen Waideplätzen findet, sind es, welche die Gebirgsmilch so ungemein wohlschmeckend und gesund machen, denn sie theilen ihre Eigenschaften derselben mit. Daher kann aber aus gleichen Gründen die Milch unangenehm von Geschmack und sogar schädlich werden. So geben Knoblauch, Lindenblätter, Liebstöckel, Pfenniggras der Milch einen widerlichen Geschmack, und sind nicht selten Ursache, daß dieses Getränk, statt den Kranken ein Labsal zu sein, wenn es ihnen gereicht wird, recht übel bekommt.

Eine gute Milch soll folgende Eigenschaften besitzen: sie sei von weißer, wenig ins Gelbe oder Bläuliche schimmernder Farbe, ohne Geruch, von angenehmem, süßen Geschmack und dabei so dick, daß ein einzelner Tropfen von ihr, auf den Nagel gebracht, nicht zu schnell zerfließe.

Die Milch, welche für Kranke oder Genesende bestimmt ist, soll nicht gestanden haben, sondern vielmehr gleich frisch getrunken werden, sobald sie gemolken ist.

Nach ihrer Nahrhaftigkeit ist die Milch so einzutheilen:

a) Die Menschenmilch. Die Milch eines gesunden, kräftigen Weibes ist ungemein nahrhaft und man hat sehr günstige Wirkungen beobachtet, wenn Lungen- und Schwind-

süchtige, nachdem vorher alle Magensäure entfernt worden war, dieselbe tranken.

b) Die Kuhmilch. Sie besteht aus einem sehr feinen Gemisch von nährenden, wäßrigen und fetten Theilen. Von der Kuh weg, bekommt sie Denen, welche an der Lunge leiden, sehr wohl.

c) Die Schaafmilch. Sie hat ungemein viel Fett und ist nur in gewissen Krankheiten und nach gehöriger Vorbereitung anzuwenden.

d) Die Eselsmilch. Sie ist dünner als die andere Milch, führt weniger Molken und käsige Matten, ernährt mittelmäßig. Sie wirkt gelinde auf die Hautausdünstung und besitzt zertheilende Kräfte.

e) Die Geis- oder Ziegenmilch. Ist fetter als die Schaaf- und Kuhmilch, reich an Molken und etwas erhitzender als die übrigen Milcharten. Gute Geismilch soll schön weiß, von angenehmem Geruch und nicht zu dünn sein. Da sie einen eigenthümlichen Geschmack besitzt, den manche Leute durchaus nicht vertragen können, so ist sie nicht immer anzuwenden, wo es den übrigen Verhältnissen nach mit Nutzen geschehen könnte.

Durch längeres Stehen oder durch Hinzutritt von Säuren und Salzen (Laab) scheidet die Milch drei Bestandtheile ab.

Der erste ist der Rahm oder die Sahne, ein Fett oder Oel mit käsigen und schleimigen Bestandtheilen verbunden; hieraus wird bekanntlich die Butter gemacht.

Der zweite sind die Molken, eine wäßrige Flüssigkeit von süßlich-salzigem Geschmack, den sie von dem darin enthaltenen Salz, Milchzucker genannt, bekommt.

Der dritte Bestandtheil heißt der käsigte, in der Volkssprache Quark oder Topfen, und daraus wird der Käse bereitet.

Capitel 9.

Vögel, 1. zahme.

a) Das zahme Huhn. Im Allgemeinen gesagt, geben die Vögel eine weniger nahrhafte Kost, als die Säugethiere, dagegen aber sind sie leichter verdaulich und liefern daher eine vorzügliche Speise für Kranke und Genesende; besonders gilt dieß von solchen Vögeln, die sich nur von Beeren und Körnern nähren. Den Kranken, welchen trockene Nahrung empfohlen wird, sind sie am meisten zuträglich. Nur muß man dabei strenge vermeiden, das Fett, worin sie gebraten wurden, mitzuessen.

Die in Käfigen zur Mästung eingesperrten geben ein weniger gesundes Fleisch, als die, welche frank und frei des Bodens und der Luft sich als ihr Eigenthum bedienen können; obschon jenes fetter und saftiger ist.

Für die Krankenküche ist das Fleisch der Wasser- und Sumpfvögel wenig geschickt; auch das nicht, welches in der Paarungszeit, mehrentheils im Frühjahre, auf den Markt gebracht wird.

Der Hahn und die Henne sind diejenigen zahmen Vögel, die am häufigsten zur Kost verwendet werden, und für Kranke auch sonder Zweifel sehr zuträglich sind.

Der Hahn, sobald er das Jahr noch nicht erreicht hat, besitzt weißes, nicht allzufettes, leicht verdauliches und gesundes Fleisch, Kranken und Genesenden recht. Ueber diese Zeit soll man ihn nur zu Brühen und Suppen anwenden, die sich daraus mit vorzüglich guter Beschaffenheit und den Kranken ein wahres Labsal herstellen lassen.

Wenn der Hahn im fünften oder sechsten Monat gekappt und dann durch reichliches Futter im freien Hof fett gemacht wird, so wird das Fleisch äußerst zart und wohlschmeckend und verdient den Vorzug von allem übrigen.

Es ist nicht nur nahrhaft, sondern auch sein Fett nicht schwer verdaulich.

Die Henne hat das zarteste Fleisch, wenn sie noch nicht gebrütet hat, aber auch die alten lassen sich so zubereiten, daß sie für Kranke eine empfehlenswerthe Speise abgeben. Gluck- und Bruthennen soll man nicht zum Verbrauch in der Küche nehmen, sie besitzen ein hitziges Fleisch. Bei gemästeten und geschnittenen Hennen gilt dasselbe, wie vom Kappaun.

b) Truthahn, Puter, welsches Huhn, Tedian. Das Fleisch der jungen und gekappten ist zart und leicht verdaulich, das der ältern hart und grob. Jenes kann gekocht für die Krankenküche verwendet werden.

c) Zahme Taube. Die jungen sind eine gesunde und gute Speise für Kranke; die alten taugen aber zu diesem Zweck nicht.

d) Zahme Gans. Mit Recht hat man das Gänsefleisch als Kranken schädlich angesehen, und auch wir wollen es aus unserm Kochbuch verbannen. Das Fett derselben ist jedoch nicht schädlicher, als Anderes, und man hat es ohne Noth in Verruf gethan. Jedenfalls sind Speisen, welche mit Gänsefett zubereitet werden, bei weitem verdaulicher, denn die mit Schweineschmalz hergerichteten.

e) Zahme Ente. Junge Enten können, wenn es an Hühnern u. s. w. mangelte, Genesenden mager gebraten oder gedünstet ohne Gefahr gereicht werden. Am besten thut man, nur das Fleisch, was um die Brust sitzt, zu essen. Alte taugen nicht zur Krankenkost.

Vögel, 2. wilde.

a) Der Fasan. Dieser theure Vogel kann jung, wenn der Kranke auf dem Weg der Besserung vorgerückt ist, als zart, wohlschmeckend und gesund, in den Küchenzettel aufgenommen werden.

b) Das Reb- oder Feldhuhn. Die jungen, vom Julius bis November gefangenen Rebhühner sind zart, leicht verdaulich, gesund und wohlschmeckend, daher auch den Genesenden zu empfehlen. Die im Winter gefangenen haben ein trockenes und mageres Fleisch.

c) Das Haselhuhn. Es ist noch mürber und zarter als das Rebhuhn und vortrefflich, wenn es vorher ein wenig mit gleichen Theilen Wein und Weinessig gebeizt worden ist.

d) Das Birkhuhn. Es kommt in Ansehung seines Fleisches mit dem Rebhuhn ziemlich überein, nur ist es etwas zäher und will daher auch besser durchbraten sein.

e) Der Auerhahn. Fällt wegen seines zähen Fleisches aus der Krankenküche weg.

f) Die Wachtel. Eignet sich nicht recht für Kranke. Am besten thut man, sie nur zu sogenannten Kraftsuppen in der Krankenküche zu verwenden.

g) Die Lerche. Es ist ein Vogel mit sehr feinem, angenehmen und gesunden Fleisch, der, wenn er nicht mit dem Fett, worin er gebraten, genossen wird, auch für Kranke eine zu erlaubende Kost abgibt.

h) Der Krammetsvogel. Von allen wilden Vögeln für Kranke und Genesende wohl die gesündeste Kost. Sein Fleisch ist zwar etwas grob, aber doch saftig und leicht verdaulich. Es gibt drei Arten. Der Ziemer oder wahre Krammetsvogel, der kleinste und wohlschmeckendste; der Mistler, Zerrn, die Schnarre, der größte und fleischigste; die Drossel, welche, wenn sie sich von Weintrauben nähren kann, ein vorzüglich gutes Essen gibt.

i) Der Ortolan, die Goldammer. Im Süden Europa's vorzüglich fett werdend. Er steht gleich mit der Lerche.

k) Die Schnepfen. Man hat davon drei Gattungen,

die Waldschnepfen, die Grasschnepfen und die Wasserschnepfen oder Becassen. Das Fleisch der Schnepfe allein soll der Genesende essen; es ist gesund, zart und wohlschmeckend.

l) Die wilde Taube. Sie heißt auch Turtel-, Ringel- oder Holztaube. Jung genossen, sind sie noch besser als die zahmen Tauben, die alten aber sind ungenießbar.

m) Die Amsel oder Goldamsel. Beide Gattungen stehen an Güte den Krammetsvögeln wenig nach.

n) Der Kibitz. Hat im Winter ein fettes, schmackhaftes, leicht verdauliches und gesundes Fleisch.

o) Der Staar. Taugt nicht zum Krankenessen.

p) Der Kranich. Er fällt ebenfalls aus unserem Speisezettel weg.

q) Der Wiedehopf. Im Herbst, zur Zeit der Weinlese, wird er fett und wohlschmeckend, weil er sich dann nur von Früchten nährt. Die Köche baben bei ihm die Regel, sobald der Vogel getödtet, demselben den Kopf wegzuschneiden, indem sonst das Fleisch nach Moschus rieche.

r) Die wilde Gans. Wenn sie jung ist, der zahmen bei weitem vorzuziehen; denn da sie sich viel in freier Luft bewegt, so ist ihr Fleisch viel mürber und gesünder.

s) Die wilde Ente. Große Ente, Schmal- und Pfeiente sind verschiedene Arten. Bei ihnen gilt dasselbe, wie bei der wilden Gans. Die Krickenten sind die besten.

t) Die Wasserhühner. Einige Gattungen, das Wasserhühnchen z. B., sind wohlschmeckend, zart und leicht verdaulich; die meisten aber haben einen widrigen Fisch- oder Thrangeschmack und eben so die übrigen Wasservögel.

Die indianischen Vogelnester. Sie enthalten thierische Gallerte und Leim, sind zwar nahrhaft, aber schwer verdaulich und aus diesem Grunde nicht anzurathen.

Die Vogeleier. Die Eier sind bekanntlich eins unserer Hauptnahrungsmittel. Sie werden theils für sich

allein oder mit andern Nahrungsmitteln verbunden gegessen. Ihre Vortheile für den Körper sind fast so groß, wie ihre Nachtheile, und darum ist auch für die Krankenköchin höchst nöthig, die Eigenschaften, welche die Eier nach den verschiedenen Zubereitungen annehmen, kennen zu lernen.

Das Ei besteht, wie wir wissen, aus der äußern Schaale, dem Eiweiß und dem Dotter.

Das Eiweiß ist eine flüssige, klebrige, zähe Masse, die bei einer sehr mäßigen Wärme das Zähe verliert und leichtflüssig wird; bei größerer Wärme jedoch gerinnet und gummiartig elastisch wird, zugleich aber eine schneeweiße Farbe annimmt. In letzterer Gestalt ist es für den Magen äußerst schwer verdaulich und am besten kann es dieser vertragen, wenn es im lauwarmen Wasser aufgelößt wurde, dann gibt es ein geschmeidig machendes und erweichendes Mittel ab.

Das Eidotter ist eine gelbe, flüssige Masse, welche sehr vielen Nahrungsstoff besitzt und im rohen Zustand leicht verdaulich ist. Wenn man die Eier nach den verschiedenen Zubereitungen eintheilen will, wie sie für Kranke und Genesende mehr oder minder verdaulich sind, so folgen sie in dieser Ordnung:

1) das rohe Eidotter, 2) das Eidotter, wenn das Ei mit kochend heißem Wasser nur übergossen wurde, 3) das weichgesottene Eidotter, wo auch das Eiweiß nur zum Theil erst geronnen ist, 4) das weiche Eidotter, wenn das Eiweiß geronnen ist, 5) das Eidotter, wo man das rohe Ei frisch in heiße Suppe fallen läßt, 6) die gedämpften Eidotter.

Das Eidotter bekommt allen sich bessernden Kranken, deren Magen nicht an gastrischen, d. h. schleimigten oder galligten, Unreinigkeiten leidet und die vom Fieber frei sind, recht gut und gibt Ersatz der Kräfte.

Alte oder verdorbene Eier sind ein Gift für die Menschen, und es muß als Hauptregel gelten, keine andern als nur frisch gelegte Eier zu Krankenspeisen zu verwenden. Alle anderen Zubereitungen, außer den angeführten, können Kranken nicht erlaubt werden, und dazu gehören unter andern: gebratene Eier, Eierkuchen, gesetzte Eier, Rühreier, Eierkäse, Eierwürste ꝛc. Unter allen Eiern verdienen die der Hühner den Vorzug, dann kommen die der Feldhühner, Schnepfen, Fasanen, Kibitze; die übrigen aber soll eine sorgsame Krankenköchinn nicht anwenden. Letzteres gilt auch von den schon bebrüteten Eiern.

Capitel 10.

Fische.

Das Fleisch der Fische gibt bei weitem nicht so viel Nahrungsstoff, als das der Säugethiere und Vögel; es mangelt ihm an der größern Menge thierischer Gallerte und enthält mehr Schleim und wässerige Theile.

Die Fische gehen sehr leicht in Fäulniß über und passen daher in keinen Magen, der an und für sich dazu hinneigt. Dieser Gründe halber dürfen Genesende und Kranke auch nur diejenigen Gattungen genießen, welche ein mehr trockenes, mürbes, kurzes und zartes Fleisch besitzen.

Auch die Jahreszeiten, in denen die Fische gefangen werden, haben Einfluß auf die Güte ihres Fleisches. In der Laichzeit, im Frühjahr, taugen sie gar nicht. Die im Sand und Schlamm leben, die aus Teichen und Seen mit schlechtem Zufluß und Abfluß, so wie die aus Bächen und Flüssen mit trägem Lauf sind viel ungesünder, als die aus Gebirgsseen und schnellströmenden Gewässern. Die Meerfische sind leicht verdaulicher, als die aus dem süßen Wasser. Je reiner und

klarer das Wasser ist, in dem sich der Fisch aufhält, je angenehmer und empfehlenswerther ist er. Uebrigens leiden sie auch sehr häufig an Würmern, namentlich dem Bandwurm, daher es für jede Köchin eine Regel sein muß, sie sorgfältig auszunehmen und die innern Theile nicht als Beilage zu geben, sondern wegzuwerfen. Rogen und Milch sind außerdem eine schwer verdauliche Speise, welche auch Gesunden keineswegs zuträglich ist.

Wenn wir beurtheilen wollen, ob Fisch, wenn es sonst die Krankheit und deren Standpunkt erlauben würden, einem Leidenden zuträglich sei, so ziehe man Das zu Rathe, was oben über die Temperamente gesagt wnrde. Hitzigen, trocknen und gallsüchtigen Naturen bekommt er noch am besten.

Was den Werth der verschiedenen Zubereitungsarten der Fische für die Krankenküche anbetrifft, so ergibt sich folgende Ordnung:

1) Gesottene Fische, 2) gebratene, 3) gebackene. Die gepöckelten, eingesalzenen, geräucherten und marinirten sollen durchaus vermieden werden. Unter den eingesalzenen ist der Häring jedoch in einigen Krankheiten zulässig und empfehlenswerth.

1. Salzwasserfische.

a) Meeraal. Kann keine Speise für Kranke abgeben.

b) Cabeljau, Laberdan, Stockfisch. Hat ein grobes, ziemlich trockenes Fleisch, das im frischen Zustande leicht verdaulich ist. Doch haben ihn in Deutschland nur die Ost- und Nordseeländer zuweilen frisch, in den übrigen Theilen unseres Vaterlandes bekommen wir ihn nur eingesalzen als Laberdan oder getrocknet als Stockfisch. Klippfisch heißt er, wenn man ihn zuerst in Salzwasser hat einige Tage liegen und dann trocknen lassen. Der Laberdan und Stockfisch sind Genesenden nur dann zu erlauben, wenn sie längere Zeit gewässert und dann durch Dampf

weich gekocht wurden. Dabei darf er nicht fett zubereitet werden. Meiner Ansicht nach ist es aber immer besser, wenn man ihn nur in ganz gesunden Tagen bei leicht verdauendem Magen zu sich nimmt.

c) Schellfisch. Er steht mit dem Stockfisch in gleichem Rang, nur hält man ihn für leichter verdaulich.

d) Der Dorsch, Pomuchel. Häufig in den Ostseeländern. Frisch ist er zart und wohlschmeckend, doch Genesenden immer wenig empfehlenswerth.

e) Der Häring. Diese kleinen, in der Nordsee in ungeheurer Menge gefangenen Fische geben in dem größern Theil von Deutschland ein sehr beliebtes Gericht. Man rühmt und nicht mit Unrecht, daß er die Verdauung befördere, den Schleim im Magen zertheile, gelinden Auswurf errege, den Appetit wecke, sanft abführe, das Blut erwärme und es gegen Fäulniß sichere, eine mäßige Hautausdünstung errege. Daher kann er auch vielen Kranken und Genesenden empfohlen werden, nur darf er nicht zu alt geworden sein. Als die besten Häringe sind die holländischen anerkannt, dann kommen die schott- oder engländischen, und endlich die norwegischen oder schwedischen. Die nach Bartholomäi zu uns kommenden sind die wohlschmeckendsten und gesündesten. Der geräucherte Häring, Bückling, Pöckling taugt für die Krankenküche nicht. In Baiern hat man statt der Pöcklinge die geräucherten Gangfische, welche aus den Gebirgsseen, vorzüglich dem Bodensee, kommen.

f) Die Sardellen. Ein kleiner, kaum eine Spanne langer Fisch, welcher von den Küsten des südeuropäischen Meeres zu uns gebracht wird. Sie müssen hart, auswendig weiß und inwendig röthlich sein, dürfen dabei keinen unangenehmen Geruch verbreiten. Sie sind für Kranke und Genesende noch vorzüglicher als die Häringe.

g) Der Roche. Er kommt nach einigen Gegenden Deutschlands getrocknet und ist Kranken verboten.

h) Der Hellbutt, die Scholle, der Butt, die Zunge, Scharre. Fischgattungen, die in Norddeutschland vorkommen; sie sind keine Krankenspeisen.

i) Der Stör. Dieser Fisch wird frisch und gesalzen gegessen, ist aber sehr fett und schwer verdaulich. Noch bekannter ist der von ihm kommende Caviar, welcher aber auch für die Krankenküche unbrauchbar ist.

k) Die Makrele. Ihr Fleisch ist sehr fett und schwer verdaulich. Dasselbe gilt auch von der Lamprete, oder den Neunaugen.

l) Der Bonnetfisch. Trocken, nahrhaft, fest im Fleisch, kann Genesenden zugestanden werden.

m) Der Seebarsch. Hat gutes, schmackhaftes, nicht zu fettes Fleisch und kann daher für unsern Zweck brauchbar gemacht werden.

2. Süßwasserfische.

a) Der Barsch oder Bärsch. Es gibt verschiedene Arten dieser Gattung, darunter die bekanntesten: der Flußbarsch, der Sander und der Kaulbarsch. Diese Fische sind für Kranke die empfehlungswürdigsten, denn ihr Fleisch besitzt alle die Eigenschaften, welche für jene zuträglich sind, nur muß man ihre Laichzeit, welche in den April fällt, vorüber lassen.

b) Die Schmerle oder der Bartgründling. Vier bis fünf Zoll lang, sehr schmackhaft und gesund.

c) Der Gründling oder Grundling. Von ihnen gilt dasselbe.

d) Der Peizker, Steinbeißer. Kann nicht zur Krankenkost dienen.

e) Die Forelle. Dieser herrliche Fisch ist wohlbekannt und sein Fleisch um so gesünder, je reiner das Wasser,

in dem er sich aufhält. Er gehört mit vollem Recht in die Krankenküche. Es gibt von der Forelle eine Menge Abarten, die der wahren gleichkommend sind: der Hauch oder Hucher, der Röthling, Salmarin, der Asche, Aesche oder Jsex. Schwerverdaulicher wegen ihres reicheren Fettes ist die Lachsforelle.

f) Die Weißfische, Nympfen oder Roth-Augen, auch Nasen; g) der Aal und die Aalraupe; h) der Wels und der Lachs oder Salm; i) der Stint. Alle diese Fische eignen sich sehr wenig zur Krankenkost.

k) Der Cavaret oder Gangfisch. Er wird so zugerichtet, daß er Aehnlichkeit mit dem Pückling bekommt und ist gleichfalls kein Krankenessen.

l) Der Hecht. Ein Raubfisch, der überall verbreitet ist. Diejenigen jungen Hechte, welche in Flüssen oder Gebirgsseen gefangen werden, sind für Kranke nicht schwer verdaulich und sehr schmackhaft.

m) Die Barbe oder Barme. Sie hat im Juli, Juni und August ein wohlschmeckendes und gesundes Fleisch, was auch n) von dem Brachsen und dem Bießling gilt. Im Mai, März und April taugen sie weniger.

n) Der Karpfen. Obschon der Karpfen unter den Fischen der häufigste und wohlfeilste ist, so wähle man ihn doch selten in die Krankenküche. Im Mai und August taugt er noch weniger. Der aus hellem, klaren Wasser ist der beste.

o) Die Schleihe. Sie hat ein zwar angenehmes, aber grobschleimiges, schwer verdauliches Fleisch und paßt nur für gesunde Mägen.

p) Die Karausche oder Gibel. Sie hat mürbes, trockenes und gesundes Fleisch, ist daher empfehlungswerth.

r) Der Sälmling, Renke oder Schwarzreiterlein. Wird in Flüssen seltener, häufig aber in den

Alpenseen angetroffen und hat ein vorzügliches, gesundes Fleisch, daher ist er den Kranken sehr wohl zu erlauben.

s) Die Elritze. Ein sehr kleines Fischchen, vorzüglich häufig im Erzgebirge, ist blau gesotten eine recht gesunde Kost und besitzt einen angenehm bitterlichen Geschmack.

t) Der Döbel. Ein Spree- und Oderfisch, der wenig Lobenswerthes besitzt.

u) Der Häfeling oder Maifisch. In den norddeutschen Flüssen soll er von gesunder Beschaffenheit, in den süddeutschen sehr schlecht sein.

v) Der Orf, Urf, Norfling, Würfling. Hat ein zartes, trockenes Fleisch, welches in den Monaten April und Mai den größten Werth hat.

w) Der Bratfisch, Jese, Jentling oder Schäd. Er hat ein gesundes mürbes Fleisch.

x) Die Mareen oder Moreon. Eine Gattung Weißfisch, die häufig in Pommern und Brandenburg gefangen wird und wenig tauglich für Kranke ist; dasselbe gilt auch von dem Ukelei, Güstern oder Flinken, Zärte, Brassen, Blein oder Blicke.

y) Der Koppe, Goppe, Kaulhaupt, Kaulkopf, Rotzkolbe. Ist gesund und leicht verdaulich.

z) Der Kape oder Kappe. Ist gesund und schmackhaft, gesotten oder gebraten, nur hat er sehr viel Gräten.

Am Schlusse dieses Capitels muß nochmals erinnert werden, daß man beim Einkauf von Fischen Folgendes berücksichtige: sie sind jederzeit schlechter, ja oft ungesund und selbst wie Gifte wirkend, wenn sie laichen; je reiner und schnellströmender das Wasser war, in dem der Fisch gefangen wurde, desto brauchbarer für die Krankenkost ist er.

Capitel 11.

Amphibien oder Thiere, die in dem Wasser und auf dem Lande leben.

Nicht allen meinen Lesern dürfte dieses Capitel von gleichem Interesse sein und dennoch ist es nothwendig, über die Amphibien Etwas zu sagen, da Thiere aus diesem Geschlechte häufig nach den Küstengegenden Deutschlands gebracht und die von ihrem Fleische bereitete Speise nicht selten das Leben von Kranken fristete.

Das Geschlecht der Amphibien liefert dem Menschen am wenigsten Beiträge für seinen Lebensunterhalt. In einigen Gegenden und Ländern, die in den heißen Erdstrichen sich befinden, werden manche Arten Eidechse als große Delikatesse verspeist und den Kranken für sehr zuträglich gehalten. In früheren Zeiten wurde die Vipernbrühe von den Aerzten jenen Kranken als ein vorzügliches Heilmittel verordnet, welche an auszehrenden Uebeln litten. Später kamen auch unsere Eidechsen in Ansehen, indem man sie als ein untrügliches Mittel gegen die Lustseuche anpries. Von Beiden macht man jetzt keinen Gebrauch mehr, ob mit Recht, muß ich dahin gestellt sein lassen, da ich hierüber noch keine Erfahrungen einsammeln konnte.

Zwei andere Thiere aus dieser Classe werden noch häufig genug verspeißt, nemlich die Schildkröte und der Frosch.

a) Die Schildkröte. Die Seeschildkröte bekommen wir durch die Schiffe, welche aus dem atlantischen Ocean oder der Südsee zurückkehren. Das Fleisch hat Aehnlichkeit mit dem Kalbfleisch und das der Habichtschnabel-Schildkröte ist so zart und wohlschmeckend, wie das beste Hühnerfleisch. Gebraten schmeckt das Thier am besten und vorzüglich ist dann das Rippenstück. Für entkräftete Kranke werden aus den zerstoßenen Schildkröten Suppen bereitet,

welche ungemein kräftig und und nahrhaft sind. Sie dürfen aber aus eben diesem Grunde nur in geringer Menge genossen werden. Für die Seeleute, wenn sie am Scorbut oder Scharbock leiden, sind die Schildkröten ein ersehntes Heilmittel.

Ihr Fett ist grün und theilt diese Farbe auch dem Urin mit, nahrhaft, obschon es Fett ist, und auch leicht verdaulich. Es scheint mit eigenthümlichen Bestandtheilen verbunden zu sein. Ihre Eier, welche man ebenfalls genießt, haben häufig einen Fischgeschmack, der nicht gerade für alle Menschen unangenehm ist.

Die Landschildkröte besitzt etwas zäheres, aber ebenfalls schmackhaftes Fleisch, das durch die gehörige Zubereitung wohlverdaulich gemacht werden kann.

b) Der Frosch. Die Keulen dieses Thieres werden als ein besonderer Leckerbissen angesehen und sie sind zart, wohlschmeckend und so gesund, wie feines Hühnerfleisch. Kranken, welche darnach Verlangen tragen, kann man dieselben, wenn sie nicht zu fett gebacken sind, sehr gut erlauben. Ich habe niemals die geringsten übeln Folgen darnach entstehen sehen, wenn sie in dem Standpunkt der Krankheit genossen wurden, wo der Arzt überhaupt gebraten Fleisch erlaubt hatte.

Capitel 12.

Schaalthiere (Crustaceen). Der Krebs.

a) Der Seekrebs oder die Hummer. Hat ein schwer verdauliches Fleisch, das von Ostern bis Johannis am besten ist, aber für Kranke nicht taugt.

b) Der Taschenkrebs, die Krabbe. Lebt im süßen und salzigen Wasser und gilt wie die Hummer in Ansehung der Krankenkost.

c) Der Flußkrebs. Vom Mai bis zum August können sie genossen werden. Für Kranke taugen sie nicht und auch Genesende dürfen nur sehr wenig von ihnen essen. Am empfehlenswerthesten ist noch die im zweiten Theile beschriebene Suppe.

Capitel 13.

Weichthiere (Mollusken). a) Austern.

Der größten Zahl meiner Leser dürfte dieses merkwürdige Thier wohlbekannt sein. Sie werden an allen Seeküsten gefangen, sind aber in Hinsicht des Geschmacks und der Güte, der Farbe, Rundung, Bauchigkeit sehr verschieden. Die besten Austern liefert in England die Küste von Glocester, in Holland die von Vliessingen und Middelburg, in Norwegen die Westküste, in Dänemark Tordern und Flatstrand und in Deutschland Holstein. Ferner werden drei Gattungen Austern unterschieden:

1) Die Leimaustern. Sie liegen auf Schlammgrund, haben einen modrigen Geschmack und stehen am wenigsten im Werth.

2. Die Sandaustern, welche sich im Meer auf sandigem Grund aufhalten, einen reinen, guten Geschmack haben, aber doch nicht so hochgeschätzt werden, wie

3) Die Bergaustern, die von den Felsen und Klippen im Meer und am Strand abgenommen werden. Sie sind fett, groß und voll. Die Grönbärties oder Grünbärte werden darunter am meisten geachtet; sie haben ihren Namen von der grünen Farbe, welche sie bekommen, wenn sie einige Zeit in den Fässern verpackt in der Salzlacke gelegen haben. Dieser Werth der grünen Auster hat zum Betrug Veranlassung gegeben. Die Holländer haben versucht, mit Kupfer-Kalkwasser oder Grünspan diese grüne

Farbe nachzumachen. Der Grünspan ist aber bekanntlich Gift. Die Eigenschaften einer guten Auster sind folgende: sie muß frisch, von mittlerer Größe, weich, dick, saftig und von reinem Geschmack sein. Die Austernschmecker halten die mit einem kleinen schwarzen Ring für die besten in Saft und Geschmack. Nichts verdirbt wohl leichter, als die Austern, namentlich bei warmem Wetter. Eine Auster, die aufgesprungen ist, muß immer schon Verdacht erregen. Wer aber den Ekel überwinden könnte, eine verdorbene und daher riechende zu essen, setzte seine Gesundheit einer großen Gefahr aus.

Ob die Austern uns Menschen zuträglich seien oder nicht, darüber haben die Aerzte von Alters her viel gestritten und sind heut zu Tage noch nicht damit im Reinen. Manche sind in ihrem Lobe unermüdlich gewesen, manche haben sie ein wahres Gift genannt und für äußerst schwer verdaulich ausgeschrien. Dieß letztere gilt von der frischen Auster nicht; erst wenn sie durchs Braten und andere Zubereitungen verändert worden ist, mag sie es werden. Nicht allein, daß ich Beispiele von Austeressern aus den Seeländern anführen könnte, welche mehrere Hundert zum Frühstück verzehrten; ich habe auch an mir selbst und bei Leuten mit schwachem Magen sorgfältige Beobachtungen über die Wirkungen angestellt, die ihr Genuß auf den Körper hervorbringt, und nie bemerken können, daß sie mit Maaß und Ziel frisch aus der Schaale und von guter Beschaffenheit genossen, dem selbst schwachen Magen einige Beschwerde verursacht haben.

Dr. Zückert führt an, daß man bei verschiedenen galligten, scorbutischen, gichtischen und schwindsüchtigen Personen zuweilen eine Linderung der Zufälle und merkliche Erquickung des Körpers nach dem Genuß der Austern wahrgenommen habe und man daher glaube, daß diese Speise ungemein gesund und sehr nahrhaft, trockenen Naturen wegen

ihrer anfeuchtenden Beschaffenheit zuträglich sei, das Blut abkühle und die sauern Säfte versüße. Das Gegentheil behaupten aber andere Aerzte mit Bezug auf die häufigen Beispiele, da sich Leute durch den Genuß der Austern, sogar durch deren sehr mäßigen Genuß, den Magen verderben, faules Aufstoßen bekommen, an großen Magenbeschwerden leiden und ein kaltes Fieber sich zuziehen.

Hierauf entgegnet nun Zückert vollkommen wahr: „Dieser Widerspruch kann sehr leicht gehoben und die Meinungen beider Parteien berichtiget werden. Es ist mit der Verdauung der Austern so beschaffen, wie mit der Verdauung der Eier und anderer gallertig-flüssigen Speisen. Es gehört nämlich ein reiner und starker Magen dazu. Wer diesen hat, kann seinen Appetit in Austern ohne Schaden stillen. Wer aber einen schwachen, schlaffen, mit Schleim und Unreinigkeiten erfüllten Magen hat, der hat auch Ursache, die Austern als eine ihm sehr schädliche Speise zu verabscheuen. Fast keine Speise ist so geschwind einer Fäulniß unterworfen, als eine Auster; sie muß also im Magen sehr geschwind verdauet werden, wenn nicht die Wärme des Magens ihre Fäulniß beschleunigen soll. Der lange Aufenthalt der Austern im Magen ist folglich dem Menschen sehr gefährlich und in diesem mißlichen Falle befindet sich eine große Anzahl Menschen, die mit ihrem Magen beständig etwas zu schaffen haben. Diese Personen müssen die Austern ganz meiden, oder sie mit großer Behutsamkeit genießen. Man glaubt zwar, daß die Austern dann nicht so leicht faulen können, wenn man sie mit viel Citronensaft speist, und wenn man viel und guten Wein dabei trinkt (vornemlich loben die Austernesser den Rheinwein und Champagner auf genossene Austern), allein obgleich diese Weine den Austern durch ihre Säure die Neigung zur Fäulniß etwas benehmen, so machen sie deren Genuß darum nicht gesünder und dessen

Verdauung nicht besser, vielmehr ist es gewiß, daß die vegetabilischen Säuren den Magen und dessen Verdauungskräfte schwächen und die Galle verdünnen und stumpf machen. Auch ist es außer allem Zweifel, daß die geistreichen Weine, in Menge getrunken, die ärgsten Störer der guten Verdauung sind. Nun muß doch Der, welcher viel Austern ißt, auch viel Citronensäure und Wein zu sich nehmen, wenn das zur Verhinderung nöthige Verhältniß statt finden soll. Was er also einerseits gut zu machen glaubt, verdirbt er andererseits im hohen Grade." Es ist auch der Wahrheit vollkommen angemessen, was Herr Dr. Unzer schreibt: „Ein Gericht Austern, das im Magen eine Zeit lang verweilen soll, ohne zu faulen, erfordert einen so großen Zuguß von Wein- oder anderer Säure, daß man nach einer starken Mahlzeit von Austern fast immer Gefahr läuft, entweder sie nicht zu verdauen, oder sich zugleich mit Säure und Wein zu überladen, und den Magen durch Kunst und Geschmack zu verderben. Die besten Austern sind wegen ihres kalten Schleimes und wegen der weichen Fettigkeit, die sie besitzen, dazu am geschicktesten. Man wird finden, wenn man sie irgend häufig gespeiset hat, daß des andern Morgens der Magen angegriffen und geschwächt sei und diejenigen, welche am besten dafür gesorgt haben, daß sie in ihrem Magen nicht faulen sollen, das heißt die, so den meisten Wein dabei getrunken haben, bereuen gemeiniglich am folgenden Morgen mit desto mehr Ekel die Ueberladung, die ihnen am vorigen Tage so angenehm war. Das Unverdaulichste an der Auster ist der harte, angewachsene, sogenannte Kamm oder Wirbel."

So weit diese beiden gelehrten Aerzte. — Meine gütigen Leserinnen und Leser werden verzeihen, wenn ich diese Abhandlung über die Austern noch etwas weiter ausdehne. Ich thue es, um bei dieser Gelegenheit zu beweisen, wie

selbst kluge und verständige Männer in einer Sache zu weit gehen, oder so zu sagen, das Kind mit dem Bad ausschütten können, und daß ferner, wenn von der Zuträglichkeit und der gesunden Beschaffenheit eines Nahrungsmittels die Rede ist, nie damit gemeint sein kann, aus diesem Grund den Magen sich damit zu überladen. — Eben mit der Verschiedenheit der Verdaulichkeit und Nahrhaftigkeit der Speisen ist auch zugleich die Bedingung gegeben, in welchem Maß wir dieselbe zu uns nehmen können.

Ein Mensch mit schwachem Magen, ein Genesender, wenn er Vormittags 4—6 Stück gute, frische Austern mit etwas Citronensäure zu sich nimmt und ein halbes Weinglas 7—8jährigen Rheinwein dazu trinkt, wird keine Beschwerden darnach empfinden, wenn nur die verdauenden Säfte des Magens nicht an und für sich eine Neigung zur Fäulniß haben. Diese müßte nothwendig der Genuß eines Fleisches, was leichter als viele andere Fleischsorten in Fäulung übergeht, unterstützen.

Es gibt aber eine Menge Personen, die kränklich sind, und wo die Ursache ihres Uebels keinesweges in zur Fäulniß geneigten Verdauungssäften begründet ist. So kannte ich zwei Frauenzimmer, das eine eine Gräfin, sehr nervenschwach und reizbar, welche festeres Fleisch, wie Rindfleisch, durchaus nicht vertragen konnte; das andere, meine eigene Mutter, mit sehr schwachem Magen, der besonders gegen fette Speisen und schwarzes Brod empfindlich war, und doch aßen beide mehrmal zusammen ein Viertelhundert Austern des Vormittags mit Citrone und Wein, ohne nur im Mindesten nachher über Ekel, Aufstoßen oder sonstige Beschwerden zu klagen.

Vom Ende Mai bis Mitte August, die Zeit, wo sie zu laichen pflegen, sind die Austern voll kleiner röthlicher Würmer, weich, locker, von bläulicher Farbe und höchst

ungesund, daher sollte ihr Verkauf um diese Zeit von der Gesundheitspolizei bei schwerer Strafe verboten werden.

b) Die Muscheln.

Eine sehr schwer verdauliche Speise und Kranken verboten. Da sie nicht selten giftig sind und dann die schrecklichsten Zufälle hervorbringen, haben wir einen Grund mehr, sie zu meiden.

c) Die Schnecken.

Die Weinberg- oder Gartenschnecke ist diejenige, welche wir gewöhnlich speisen und aus dieser Ursache förmlich hegen und mästen. Uebrigens sind sie schwer verdaulich und schleimig. Man hat sie Schwindsüchtigen anempfohlen und namentlich die Brühe derselben sehr gerühmt, daher wir auch ihre Zubereitungsart in dem zweiten Theile angeben wollen.

Capitel 14.

Ueber die Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreich ins Besondere.

Im 6. Capitel lernten wir diejenigen Grundbestandtheile kennen, aus denen, einigen oder allen, die Pflanzennahrungsmittel, die man auch vegetabilische nennt, bestehen müssen. Jetzt ist es an der Zeit, sie nun auch nach ihren Eigenschaften kennen zu lernen, welche sie eben durch die verschiedene Verbindung jener Grundbestandtheile erhalten. Die Erde bietet uns eine ungeheure Menge genießbarer Pflanzenstoffe dar, aber auch mit eben so großer Verschiedenheit ihrer nährenden, sättigenden und wohlschmeckenden Eigenschaften. Um nun doch bei der Auswahl mit einiger Sicherheit wissen zu können, welche von diesen Eigenschaften einer oder der andern Pflanzenspeise zugetheilt sei, hat man schon in früherer Zeit Beobachtungen darüber angestellt und

eine Eintheilung versucht, welche so ziemlich ihrem Zweck entspricht. Man unterscheidet demnach *starknährende Pflanzenspeisen*, das heißt solche, die viel vegetabilische Gallerte, Stärkemehl, Schleim und Zuckerstoff besitzen. Sie können die Stelle der Fleisch-Nahrungsmittel vertreten. Und in der That gibt es auch ganze Völker, welche sich fast nie der Fleischspeisen bedienen, sondern an jenen Ersatz finden und dabei gesund bleiben und alt werden. Der Mehrzahl nach haben sie zugleich die Eigenschaft, leicht zu sättigen. Wer Linsen, Erbsen oder Kartoffeln ißt, wird diese Wirkung bald empfinden. Viele von ihnen führen einen zähen, unverdaulichen Schleim bei sich, welcher den Magen in dem Verdauungsgeschäft stören müßte, so daß dieser die nahrhaften Theile unaufgelößt lassen würde. Hier hat der menschliche Erfindungsgeist einen Ausweg eröffnet. Die Gährung und Wärme machen diesen Klebestoff leicht auflöslich, und daher bäckt man das Mehl, was eine zu große Menge desselben enthält, zu Brod.

Das Gegentheil der nahrhaften Pflanzenspeisen machen die *wenignährenden* aus, bei denen also die Gallerte, das Stärkemehl, der Zuckerstoff nur in geringer Menge vorhanden, dagegen der Schleim, unauflösliche Pflanzenfaser und wässrige Bestandtheile vorherrschend sind. Ihnen geht auch in der Regel die Kraft ab, leicht zu sättigen, dagegen besitzen sie wieder eine säuerliche oder bittere Beschaffenheit, wodurch sie zur leichten Verdauung der nahrhaften Speisen ein Großes beitragen.

Hieran reihen sich noch die wohlschmeckenden Eigenschaften, welche die nahrhaften Pflanzenspeisen in geringerem Grade als die wenig nährenden besitzen. Hervorstechend ist entweder die Säure: Erdbeere, Kirsche, Johannisbeere; die Süßigkeit: Birne, Pflaume, Johannisbrod, Dattel; oder eine aromatische Bitterkeit: Petersilie, Melisse, Caffee,

Thee; und endlich eine flüchtige Schärfe: Knoblauch, Zwiebel, Rettig und andere.

Jede dieser Eigenschaften ist auch im Stande, eine besondere Wirkung auf unsern Körper auszuüben, daher die vielen und auffallenden medicinischen Wirkungen, welche wir durch den Genuß der verschiedenen Pflanzen bewirken können. Um so wichtiger aus diesem Grund sind die vegetabilischen Speisen in der Krankenküche und um so mehr müssen wir unsere Aufmerksamkeit den einzelnen Pflanzen schenken, aus denen sie bereitet werden.

Es soll dabei die Eintheilung festgehalten werden, wie ich sie vorher angab, nur mit noch mehr Genauigkeit und zwar so: 1) stark nährende Pflanzenstoffe, 2) weniger nährende Pflanzenstoffe und 3) schwach nährende Pflanzenstoffe.

Zu der ersten Gattung kommen: die Getreidearten, ein Theil der Wurzeln und Hülsenfrüchte, das Zuckerrohr, die Dattel und die Feige. In die zweite Gattung kommen: der übrige Theil der Hülsenfrüchte, der Wurzeln, die öligten Früchte und die kürbisartigen Früchte. In die dritte Gattung kommen: die krautartigen Pflanzen, das Obst und die Gewürze. Es ist sehr wahrscheinlich, daß man an dieser Eintheilung Manches auszusetzen haben wird, allein die von meinen Vorgängern angegebenen Eintheilungen genügen noch weniger und ich werde daher jede Belehrung oder Verbesserung mit dem größten Danke anerkennen. Ich hoffe, man wird dabei so unpartheiisch sein und die Schwierigkeiten ermessen, welche mir bei meiner Arbeit überhaupt entgegenstanden, zumal da ich mir zum Grundsatz dabei machte, das Alte nicht zu verwerfen, sondern zu vervollkommnen.

Was also die Pflanzenspeisen im Allgemeinen anbetrifft, so sieht man, welchen großen Einfluß sie bei kranken, schwächlichen und genesenden Leuten haben müssen. Sie sind es einzig und allein, welche in der Periode der Krankheit

gereicht werden dürfen, wo der Genuß der Fleischspeisen durch ihre zu große Nahrhaftigkeit, ihr schwer verdauliches und leicht faulendes Wesen unglaublichen Schaden stiften würde.

Diejenigen, welche zu schwach und kraftlos sind und deren Magen noch schlecht verdaut, werden durch Pflanzenspeisen trefflich ernährt; diejenigen, denen die Fleischspeisen nachtheilig wären, müssen durchaus nur von nährenden Pflanzenspeisen erhalten werden und wir erreichen häufig in jeder Hinsicht den gewünschten Zweck. Nur gilt hier vor allen eine gute und genaue Kenntniß von den Wirkungen, welche die verschiedenen Pflanzenspeisen hervorbringen und die rechte Wahl entscheidet hier eben so oft über Wohl und Wehe des Kranken, als wie die der Arznei. Schlimm ist es, daß viele Aerzte der Lebensordnung des Kranken so wenig Aufmerksamkeit schenken und Alles nur von dem Erfolg ihrer Recepte erwarten. Eben dieser Erfolg bestraft nur zu oft jene Nachlässigkeit.

Wo die Natur thierische Nahrung nicht gestattet, da treten dann Brodgallerten, Reisbreie, Schleime von Pflanzen und Mandelmilch an ihre Stelle. Wo die Kräfte gesunken, die Säfte aber faulig sind, da geben Pflanzensäuren mit mehligen Stoffen herrliche Mittel, um diese zu heben, jene aber zu verhindern, in der Fäulniß vorwärts zu schreiten. Kurz, überall beut das Pflanzenreich Ersatz und ich schließe dieses Capitel mit den Worten eines alten Arztes und diätetischen Schriftstellers (ein wahrer Deutscher von ächtem Schrot und Korn, Gottfried Samuel Bäumler war sein Name): „Um welcher Ursachen willen auch der große Gott allbereits im Paradies angekündiget, daß der Mensch das Kraut auf dem Felde essen solle; welches gewißlich nicht für die Langeweile, sondern um der Gesundheit des Menschen willen also verordnet worden.“

Capitel 15.

Stark nährende Pflanzenstoffe. a) Getraidearten.

Sie enthalten vorzüglich zwei Stoffe, welche zu einem guten Nahrungssaft im Magen verarbeitet werden können, das Stärkemehl und den Schleim.

Der Schleim verbindet die erdigen Theile in den Getraidekörnern mit dem Stärkmehl, und zwar so fest, daß er erst zerstört oder ausgezogen werden muß, bevor wir ersteres erhalten können. Im Waizen und Spelt nimmt er eine Beschaffenheit an, ganz ähnlich dem thierischen Leim. Er erzeugt in reinem Zustand keinen Nahrungssaft und ist eigentlich derjenige Bestandtheil, welcher die Speisen von ungegohrenem Mehl unverdaulich macht. Daher eignen sich auch diese nicht für Personen, welche eine sitzende Lebensart führen. Menschen, welche starke körperliche Bewegung haben, die Landleute u. s. w., vertragen sie recht wohl. Durch die starke Bewegung, die sie sich machen, werden die Wirkungen geschwächt, welche jene sonst hervorbringen, als: Blähungen, Magendrücken, Verstopfung der Gedärme, dickes, zähes Blut. Allein auch die Handwerker und Bauern, wenn sie dieselben längere Zeit in großen Mengen genießen, leiden in spätern Jahren an Unterleibsübeln, Geschwülsten und wassersüchtigen Zuständen.

Die wenigsten dieser schädlichen Eigenschaften besitzt unter den Getraidearten der Reis, wenn er gut gekocht ist, indem er nur eine geringe Menge Schleim enthält.

Außer dem Brod und den eigentlichen Mehlspeisen, welche wir aus dem Getraide gewinnen, bereiten die Köchinnen noch eine Menge Breie oder Muße von demselben; diese taugen nun für Kranke und Genesende durchaus nicht, und selbst, wo man sie gegen einige Uebel verordnet, sollte bei weitem mehr Vorsicht gebraucht werden. Glücklicher Weise

kommt es jetzt immer mehr aus der Mode, die Kinder damit zu ernähren, wodurch man früher den Grund zu vielen schweren Krankheiten in den folgenden Jahren legte. Man wird bemerken, daß die Menschen, welche viel Mehlbrei oder mehliges Mus und Mehlspeisen genießen, einen aufgedunsenen, schwammigen Körper und fortwährend mit Unterleibsbeschwerden zu thun haben.

Für Kranke pflegt man in der Regel Tränke oder Ptisanen aus Getreidekörnern zu kochen. Sie haben allerdings gewichtige Vortheile; da aber, wie oben gezeigt wurde, der schwer verdauliche Schleim durchs Kochen ausgezogen wird, so ist auch erklärlich, warum diese Tränke zuweilen so nachtheilige Wirkungen geäußert haben. Durch das Vermengen des Getraides mit Wasser und die Gährung, so wie das Backen, entsteht dagegen eine neue Verbindung der Stoffe des Getraides und sie werden dadurch der thierischen Gallerte ähnlich. Sie gewinnen somit auch an Verdaulichkeit, namentlich wenn sie im Wasser aufgelöst werden. Aus diesen Gründen ist ein gut ausgebackenes Brod, nicht zu frisch und nicht zu alt, Kranken nicht so schädlich, wie man häufig glaubt, wenn nur das Brod alle die Eigenschaften hat, welche ein gesundes Brod haben soll. Das Mehl dazu mußte sich in der Hand ballen lassen, trocken, fein und körnig, so wie ohne Geruch sein. Wir werden daher von der besten Zubereitung dieser wichtigen Speise weiter unten ein Genaueres angeben.

1) Der Waizen. Die nahrhafteste unter allen Getraidearten. Der Teig, welcher aus ihm bereitet wird, geht leicht auf, und gibt ein leichtes lockeres Brod von weißgelber Farbe, was sehr leicht verdaulich und am nahrhaftesten ist, aber weniger sättiget. Der Waizen muß dazu trocken, hart und schwer sein. Der beste ist klein, dick, fast rund, weiß oder graulich, gibt viel Mehl und wenig

Kleien. Der fette, lange und gelbe Waizen ist leichter und an Mehl weniger, aber an Kleien ergiebiger. Ein guter Waizen muß einen klingenden Ton haben, wenn man ihn auf die Hand fallen läßt, und schnell herausfahren, wenn man sie zumacht; auch ist es ein gutes Zeichen, wenn man in einen mit Waizen gefüllten Sack mit der Hand bis auf den Grund des Sackes kommen kann.

Von dem Schleim, der sich durchs Kochen aus dem Waizen zieht, hat Zückert folgende interessante Beobachtungen gesammelt.

Von einem Theil Waizenmehl lassen sich zwei Drittheile Stärkemehl gewinnen, das übrige Drittheil, welches das Wasser nicht hat auflösen können, und das wie ein Teig oder vielmehr wie Kleister zurückgeblieben ist, hat eine außerordentliche Zähigkeit, eine gelbliche Farbe, keinen Geruch und keinen Geschmack. Dieses zähe Wesen, welches den zweiten Bestandtheil im Waizen ausmacht, hat Beccari zuerst genau kennen gelehrt, und Kesselmayer und Malouin haben dessen Natur noch mehr untersucht. Wenn man dieses weiche Wesen in den Mund nimmt, löst es sich nicht auf; es hängt sich an die Zähne an und klebt auch fest an die Hände, wenn sie trocken sind. Denn an etwas Nasses klebt es gar nicht an und vermischt sich auch nicht mit Wasser. Legt man diesen klebrigen Theil des Mehls ins Wasser, so behält er seine völlige Gestalt; und nimmt man ihn aus dem Wasser heraus, so dehnt er sich an der Luft und wird noch klebriger. Er ist blätterig, und man kann die Blätter mit einer Messerklinge abschälen. Betrachtet man ihn durch ein Mikroskop oder Vergrößerungsglas, so sieht man, daß er weder in Faden noch Klumpen liegt. Zerschneidet man diese Mehlmasse in kleine Stückchen, damit sie, ohne zu verderben, trocknen, so gleicht sie, nachdem sie trocken geworden, dem Lederleim. Man kann da-

mit Glas, Porcellan und dergleichen zusammenleimen; ja sie ist, sagt Malouin, im Stande, Stücke Eisen wieder miteinander zu verbinden. Mit Weingeist und Oelen wird dieser leimigte Theil härter. Speichel, Galle und laugenhafte Salze greifen ihn nicht an. Man kann ihn aber mit Wasser zum Auflösen bringen, wenn man ihn vorher mit Zucker zerrieben hat. Das Gelbe vom Ei löst ihn auch auf. Endlich verändert er seine Natur völlig, hört auf leimartig zu sein und löst sich auch im Wasser auf, wenn man ihn vorher mit gereinigtem Weinstein zerrieben hat. Ist er dadurch im Wasser aufgelöst worden, so ist er weiß und gibt, wenn man ihn schlägt, einen Schaum wie Seifenwasser. Die Weinsäuren machen mit diesem fetten Teig eine saure Seife. Aber keine andere Säure, die nicht vegetabilisch und etwas ölig ist, dergleichen der Weinstein und Weinessig sind, vermag diesen leimigen Theil aufzulösen. Läßt man dieses schleimige Wesen im Wasser liegen, so wird es nicht sauer, wie das Stärkemehl, sondern es nimmt einen faulen animalischen Geruch an, der dem Geruch des stinkenden Käses nahe kommt. Das Wasser, worin dieses leimige Wesen gelegen hat, wird alle Kennzeichen eines laugenhaften Salzes bei sich führen und mit sauren Salzen in Gährung gebracht werden können; und dann werden sich aus demselben weiße Flocken am Boden ansetzen. Dieses Wasser nimmt durch die Vitriolsäure eine rothe, durch das Scheidewasser eine amaranthene und durch die Säure des Weinessigs eine gelbliche Farbe an.

In der Destillation gibt der klebrige Theil des Mehls weniger Wasser, und dieses ist nicht so rein, als das vom Stärkemehl. Dieses geistige Wasser ist, nachdem es in weißen Dünsten in die Höhe gestiegen, röthlich gelb. Zu gleicher Zeit steigt ein gelbes flüchtiges Salz in die Höhe, und legt sich an die Seite der Vorlage an. Endlich findet

man am Grunde des gelben Wassers ein sehr schwarzes und dickes Oel, das einen starken verbrannten Geruch hat. Nach der Destillation des leimigen Theils ist um die Hälfte mehr Kohle in der Blase zurückgeblieben, als nach der Destillation des Stärkemehls.

Das Oel, welches sich in dem klebrigen Theile befindet, macht, daß derselbe nicht so weiß ist als das Stärkemehl. Dieses Oel macht auch das Zähe des klebrigen Theiles, ja es macht einen Hauptbestandtheil des Waizens aus, in welchem es sich in sehr feinen Theilchen befindet. Es ist leicht brennbar. Wirft man Waizenkörner auf glühende Kohlen, so brennen sie lange Zeit, geben eine bläuliche Flamme und etwas schweflichen Geruch. Verbrennt man Kleien auf gleiche Art, so geben sie einen Rauch. Wirft man Waizenmehl in die Flamme eines Wachs- oder Talglichts, so verbrennt es außerordentlich geschwind. Das Stärkemehl hat am wenigsten Oel in sich. Die erdigen Bestandtheile, die dasselbe mit sich führt, sind in Ansehung der übrigen Theile in großer Menge vorhanden; daher hält es nicht so fest zusammen, und es bleiben nach der Destillation mehr Kohlen übrig. Das Stärkemehl ist auch wässeriger als der klebrige Theil; daher läßt es sich im Wasser eher auflösen, und ist der sauern Gährung unterworfen. Der klebrige Theil hingegen ist öliger, und hat nicht so viel Erdtheile in sich, auch weniger Salz. Folglich nimmt er mehr Wasser an, wenn man das Salz, das ihm fehlt, beibringt, indem man Weinstein oder Weinessig hinzuthut. Daher kann man durch diesen Kunstgriff das klebrige Wesen in Stärkemehl verwandeln. (?) Denn dieses Klebrige kam eben daher, daß man den sauern Theil davon abgesondert hat, indem man es mit Wasser durchdrückte, welches das salzige Wesen auflöst und das Stärkemehl abführt. Man hat noch eine andere Erfahrung, woraus man sieht, daß

dieser klebrige Theil aus Mangel der Säure entsteht. Nämlich, wenn man in das Mehl, ehe man es durchgequetscht hat, etwas saures, z. B. Weinessig thut, so kann man diesen klebrigen Theil nicht mehr aus dem Mehl herausbringen. Vernichtet man aber diese Säure wieder, indem man Laugensalz hinzuthut, so kann man nachher den klebrigen Theil zum Vorschein bringen.

Der klebrige Theil verliert seine Zähigkeit nicht nur durch saure Sachen, sondern auch durch allerlei andere Dinge, welche im Stande sind, ihn zu verdünnen. Er verliert diese Eigenschaft durch die Wärme und durch Erhitzung. Läßt man das Mehl, das mit Wasser untergerührt ist, gähren, ehe man es kocht, so wird es über dem Feuer nicht dick werden, wie es der Brei und Leim ordentlicher Weise thun. Gegohrener Teig, er sei nun von selbst oder durch Sauerteig in Gährung gerathen, wird keine dergleichen klebrige Masse absondern lassen, wenn man ihr anders Zeit genug zur Gährung gelassen hat. Denn wenn man ihr nur so lange Zeit läßt, daß der Teig gehörig gehen kann, so kann man noch ein wenig dergleichen Leim ausziehen, und man würde Feuer und Backen nöthig haben, um ihn ganz zu vernichten. Denn das Feuer thut eben das, was die Säure und die Gährung thun; es zerstört den klebrigen Theil des Mehls. Macht man gewöhnlichen Mehlbrei und läßt ihn immerfort am Feuer stehen, so wird er aufhören, sich zu verdicken; er wird sogar in der Folge hell werden. Aus dem gebackenen Brod läßt sich dieser klebrige Theil niemals wiederherstellen, ja man kann es nicht einmal aus dem ungesäuerten Brod oder aus solchem, das nicht gegohren hat, wenn es sonst gut ausgebacken ist. Denn das Backen ist schon hinlänglich, ihn zu zerstören, indem sich dabei drei Dinge zu dessen Vernichtung vereinigen: 1) die Säure des Sauerteigs, den man beim Einteigen hinzuthut,

2) die Gährung des Teigs beim Aufgehen, und 3) die Wärme beim Backen des Brodes.

Vornehmlich ist es der ölige Stoff, welcher das wesentliche Stück des klebrigen Theils ausmacht, durch die Gährung und das Backen so durch die andern Theile ausgebreitet und mit denselben so genau verbunden worden, daß es nicht wieder getrennt werden kann.

Aus diesen Eigenschaften und Verhältnissen des klebrigen Theils erhellt also klärlich, daß die Waizenkörner nicht so für sich, wenn sie auch geröstet oder gekocht würden, von dem Menschen können genossen werden, ohne Furcht, seinen Magen und die Drüsen der Gedärme zu verkleistern. Wir sehen nun auch ein, warum man in hitzigen Fiebern niemals Abkochungen von Waizenkörnern, sondern von Waizenbrod trinken läßt. Wir erkennen nun den Schaden der ungegohrenen Mehlspeisen, der Mehlbreie und Mehlklöse. Sie machen zwar den Menschen fett, aber zugleich faul und träge, und legen in ihm den Grund zu hartnäckigen Verstopfungen der Eingeweide, zu Wind und Wassersuchten und zu Geschwülsten und Hautausschlägen. Man weiß es nun, wie schädlich die mit Milch und Butter bereiteten Breie den Kindern sind. Sie erfüllen den Magen, die Drüsen und Gefässe mit einem dicken, zähen unauflöslichen Schleim oder Kitt, welcher bei Kindern und denen, die eine schwache Verdauung haben, viele schwere Krankheiten verursacht, vorzüglich Verstopfung der Gekröse, Aufschwellen des Leibes, Winde, Brechen, Bauchgrimmen, Durchfall, einen schleimigen, grauen, orangefarbigen, grünen oder schwarzen Koth, das Herzdrücken, die Halsstarre und Konvulsionen.

Wenn man die Mehlbreie mit bloßem Wasser lange genug kochte, so würden sie weniger schädlich sein, weil das Kochen, wie oben erwiesen worden, den klebrigen Theil ver=

nichtet oder verdünnt. Aber diese Mühe des langen Kochens geben sich die Wenigsten.“

Diesen wahren Bemerkungen Zückerts habe ich nur hinzuzusetzen, daß ein Glas Wein die schädlichen Wirkungen der ungegohrenen Mehlspeisen aufheben würde und Gleiches auch durch den Weingeist oder guten Branntwein geschähe, wenn dieser letztere nicht auf der anderen Seite wiederum der Gesundheit schadete. Ferner, daß die gerösteten Waizenkörner keine schädlichen Tränke abgeben können, indem durch etwas scharfes Rösten der Klebestoff vernichtet werden kann.

2) Der Roggen. Er enthält eine äußerst geringe Menge Klebestoff, entwickelt dagegen die Gährung leichter. Das aus ihm gebackene Brod ist zwar nicht so nahrhaft als das Waizenbrod, aber mehr sättigend und kräftiger. Das sogenannte schwarze Bauernbrod hat den Vorzug, dann folgt der westphälische Pumpernickel, das Kommisbrod und zuletzt das schwarze Bäckerbrod. Warum dieses an Güte nachsteht, werden wir im zweiten Theil bei der Roggenbrodbereitung sehen.

In manchen Sommern erzeugt sich mit dem Roggen eine Menge sogenanntes Mutterkorn (**secale cornutum**), was nach häufigen Beobachtungen ein Gift ist, und gefährliche Zufälle erregen kann. Aus diesem Grunde muß sich Jeder, der sein Brod selbst bäckt, verpflichtet halten, das Korn, bevor es gemahlen wird, fleißig von allem Unrath säubern zu lassen.

Der gewöhnliche westphälische Pumpernickel, der aus zweimal geschrotenem, und nicht von der Kleie befreitem oder gesichteten Roggenmehl bereitet wird, bildet ein Brod mit einer dicken harten Rinde und derber Krume, so wie angenehmer Säure. Es fällt sehr schwer ins Gewicht, und

Ein Brod wiegt oft über sechzig Pfund, ist aber nicht leicht verdaulich.

3) Der Reis. Der Reis ist in den südlichen Ländern ein allbeliebtes Nahrungsmittel, und das mit Recht. Aus Italien bekommen wir große Quantitäten. Im Handel erscheint er ausgehülset in Körnern. Sind diese rein, hart, trocken und weiß, so ist es ein Beweis von ihrer Güte. Wir gebrauchen denselben als Suppe, Gemüse, Trank und Backwerk. Er enthält ziemlich viel Stärkemehl, was sich im Wasser leicht auflöst, da der Antheil an Klebestoff im Reis sehr gering ist. Der Absud vom Reis ist weniger schleimig, als von andern Getreidearten, und er gibt auch weniger klebrigen Brei; ist daher leichter verdaulich, aber nicht so sättigend. Für Kranke macht er eine sehr empfehlenswerthe Nahrung aus.

4) Der Mais oder indische Waizen. Welschkorn. Er wird besonders in Ost- und Westindien, der Türkei und Italien, aber auch bei uns angebaut. In jenen fremden Gegenden wird das Mehl von ihm allgemein zum Brodbacken verwendet. Der Mais ist stark nährend, leicht verdaulich. Da er eine eigenthümliche Schärfe enthält, hat ihn diese in den Ruf gebracht, als wenn er Ausschläge verursache. Allein aufmerksame Beobachter läugnen diese Wirkung gänzlich, und versichern vielmehr, daß sich die Leute beim Maisbrod eben so wohl befinden, als wir bei Roggen- oder Waizenbrod. Zu dem berühmten Essen der Italiener, der Polenta, wird Maismehl verwendet.

5) Der Haber. Die Güte dieser Getraideart ist sehr verschieden und man hat sie nach derselben in verschiedene Sorten eingetheilt. Der gewöhnliche Haber ist der graue oder schwarze, aber auch am wenigsten geschätzte, desto mehr der weiße, gelbliche oder englische Haber. Der nackte Haber läßt sich rein aus seinen Schaalen dreschen.

Das Habermehl hat einen etwas zähen Nahrungsstoff, der kühl und anfeuchtend ist und von hitzigen und trockenen Naturen sehr gut verdaut wird. Das Brod davon ist schwarz und hat einen nicht unangenehmen bitterlichen Geschmack. Es ist hauptsächlich in Schottland im Gebrauche.

6) Die Gerste. Sie soll in ihren Bestandtheilen dem Roggen sehr ähnlich sein und macht hauptsächlich den Grundbestandtheil eines Getränkes aus, welches sowohl in als außer Europa mit vielem Vergnügen genossen und am besten und kräftigsten in Bayern bereitet wird, ich meine das Bier. Eine gute Gerste muß rein, trocken, voll, dicht und etwas schwer sein. Das Mehl der Gerste und die daraus verfertigten Graupen und Grützen sind nahrhaft, aber nicht so leicht verdaulich. Eben so ist es mit dem Brod, weil die Gährung des Gerstenmehles schwerer von statten geht; es ist weiß und zähe. Dagegen wird ein recht schmackhaftes Brod aus zwei Drittheilen Roggen und einem Drittheil Gerste gebacken. Von den Gerstengraupensuppen rühmt man, daß sie kühlen, trocknen, reinigen, eröffnen, nähren und lindern. Unter gewissen Umständen können sie allerdings eine sehr empfehlenswerthe Kost abgeben. Auch das Malz oder die gekeimte und dann wieder gedörrte Gerste dient abgesotten zum Trank in vielen Brustkrankheiten.

7) Die Hirse. Es gibt zwei Gattungen, die weiße und die gelbe Hirse, welche aber beide wenig von einander verschieden sind. Sie besitzt einen zähen und im Wasser schwer auflöslichen Nahrungsstoff, der aber Leuten, welche an einem wässerigen Blute leiden, nicht schlecht bekömmt. Uebrigens ist er der Krankenküche entbehrlich. Als Arznei ist er in der rothen Ruhr empfohlen worden.

8) Der Sargo oder indianische Hirse. Röthlich, dunkelroth oder schwarz. Gedeiht in warmen Ländern, ist aber zähe und schwer verdaulich.

9) Der Buchwaizen oder das Haidekorn. Eine in Norddeutschland sehr verbreitete Getraidegattung, dessen Mehl zu einigen Speisen als besonders wohlschmeckend verwendet wird (in der Lausitz die Pfannenkuchen von Haidekornmehl). Es gibt ein leichtes, weißes, gesundes und wohlschmeckendes Brod, vorzüglich wenn man es mit gleichen Theilen Waizenmehl vermischt. Der Fench- oder Fuchsschwanz ist eine geringere Sorte, so auch der siberische Buchwaizen; das von ihm gebackene Brod wird sehr bald trocken und hart.

10) Der Schwaden oder Mannagrütze. Ebenfalls in den nördlichen Gegenden Europas häufig angebaut.

b) Der Sago.

Die ächten Sagokörner, welche wir auf dem Wege des Handels meistens aus Ostindien beziehen, sind das Mark eines Palmbaumes, der Sagopalme. Ich glaube, es dürfte manchen von meinen Lesern noch unbekannt und daher nicht unwillkommen sein, die Gewinnungsart dieses wohlthätigen Markes zu erfahren. Zur Zeit, wenn die Indianer glauben, daß dasselbe seine gehörige Reife erlangt haben möge, öffnen diese den Stamm des Baumes durch ein Loch und versuchen das Mark. Ist es noch nicht zu gebrauchen, so wird die Oeffnung sorgfältig wieder mit einem Leim verstrichen und der Baum bleibt so gesund wie zuvor. Ist es aber reif, so wird der Stamm entweder umgehauen und aufgeschnitten, oder so viel Löcher gebohrt, als erforderlich sind, das Mark herauszubringen. Nun wird dieses gestampft, von den Fasern befreit, gewaschen, und wenn es halb getrocknet ist, gesiebt, wodurch es die körnerförmige Gestalt erhält, zuletzt aber an der Sonne vollkommen gedörrt. Die Körner sind außen weißgelb, innen weiß, geruchlos, ohne Geschmack, zergehen auf der Zunge zu einem klebrigen

Schleim und haben Aehnlichkeit mit den Perlgraupen. Der so erzielte Sago wird in Kisten oder Tonnen gepackt und versendet. Das Dörren an der Sonne gibt ihm die Eigenschaft, sich viele Jahre hindurch zu halten. Je frischer er ist, desto leichter ist er zu kochen. Sollte er durch schlechtes Aufbewahren modrig oder schimmelig geworden sein, so verliert er dieses, wenn man ihn mit frischem Wasser abwäscht und dann wieder trocknet.

Der Sago enthält ungemein vielen Klebestoff und das aus ihm gebackene Brod wird schnell zähe und hart. Aus diesem Grunde ist Vorsicht nöthig, sobald er in der Krankenküche angewendet werden soll, und es ist besser, daß man nur den Schleim, nicht aber die gekochten Körner mit zu essen gibt, weil er dann nicht so leicht Verstopfungen der Gedärme nach sich zieht.

c) Der Salep.

Er wird aus der getrockneten Wurzel einer ausländischen Pflanze gewonnen. Wir bekommen ihn als weißes, etwas ins Gelbe spielendes, glänzendes Pulver, das ohne Geruch und Geschmack ist. Es wird in Wasser oder Fleischbrühe gekocht und quillt ungemein auf, ist mit viel Nahrungs- und weniger Klebestoff versehen, macht aber gern Blähungen. Kranken, die sehr schwachen Magen haben und sehr von Kräften gekommen sind, ist er öfter, aber in kleinen Quantitäten, gegeben, eine gute, nährende Speise.

d) Isländisch- oder Rennthiermoos.

Die einzige Flechtenart, welche als Speise benützt wird und im hohen Norden für Menschen und Thiere bei der langwierigen Winterkälte, wo diese Pflanze unter dem Schnee gedeibt, während die ganze Natur abgestorben ist, das Hauptnahrungsmittel. Durch das Kochen läßt sich reicher Maßen vegetabilische Gallerte aus ihm entwickeln,

die, wie wir gesehen haben, der nährendste Pflanzenstoff ist. Diese Moosgallerte ist geruchlos, von brauner, graulicher Farbe und nicht unangenehmem bitterlichen Geschmack, sie nährt Entkräftete ungemein und ist dabei sehr leicht verdaulich. In der Regel gibt man sie mit Zusätzen von Fleischbrühe, Cacao (isländische Moos-Chocolade) u. s. w. Man hat Kranke, welche sonst nichts vertragen konnten, lange Zeit durch sie erhalten.

e) Das Irländische Moos, Carageen - oder Caraghen - Moos.

Ist eine Meerpflanze, welche mit Wasser, Fleischbrühe oder Milch gekocht eine Gallerte bildet, die den armen Irländern häufig zur Speise dient. Sie ist sehr leicht verdaulich, eignet sich vortrefflich zu einer Krankenspeise und unterscheidet sich von der isländischen Moosgallerte hauptsächlich dadurch, daß sie gar keinen bitterlichen Geschmack hat.

Es ließen sich noch viele starknährende Pflanzen, die entweder zu den Getreidearten gehören oder mit Sago und Salep Aehnlichkeit haben, anführen; wir übergehen diese aber, weil sie nur selten von den deutschen Hausfrauen benutzt werden, da sie der Mehrzahl nach allein unter heißen Himmelsstrichen gedeihen und nur zuweilen als Merkwürdigkeit zu uns kommen. * Die bisher angeführten leisten hinlänglichen Ersatz dafür. Wenden wir uns daher

f) zu den Knollen- und Wurzelgewächsen

unseres Vaterlandes, welche reich an Nahrungsstoff sind, und zwar

1) Die Kartoffeln, Erdäpfel, Erdtoffeln. Sie wurden durch Franz Drake aus Amerika nach Europa

* Eine Ausnahme hievon macht jedoch die indianische Pfeilwurzel, Arrowroot. Es ist dieß eine Art von feinem Stärkmehl, welches in neuerer Zeit sehr häufig mit Milch, wohl auch mit dünner Fleischbrühe zum Brei gekocht, zum Auffüttern kleiner Kinder benützt wird.

gebracht und haben in den an Getreide armen Gegenden Deutschlands schon sehr oft eine Hungersnoth abgewendet. Es gibt keine Frucht, welche mit der Kartoffel an Mannigfaltigkeit der Speisen, die aus ihr bereitet werden, wetteifern dürfte. Man könnte eine Tafel mit Brod, Gemüse und Salat, einzig und allein aus Kartoffeln hergestellt, längere Zeit versehen. Die große Nützlichkeit dieser Frucht ist daher auch allgemein anerkannt, und in unserm Krankenküchenzettel soll und darf sie ebenfalls nicht fehlen.

Wenn die Frucht gehörig reif ist und in einem ihr zuträglichen Boden gebaut wurde, so ist sie, gekocht (was am besten durch Dampf geschieht), bequem in eine körnige, weiche, weiße, mehlige Masse zu zerdrücken, welche einen angenehmen süßlichen Geschmack, und, fast könnte man sagen, aromatischen Geruch hat; diese Masse ist, in nicht zu großer Menge genossen, leicht verdaulich und sehr nahrhaft. Diesem mehligen Bestandtheil fehlt der Klebestoff fast ganz, und er kommt dem Stärkemehl sehr nahe. Er wird zu verschiedenen Zwecken häufig ausgezogen und heißt dann Kartoffelmehl, was die Eigenschaft besitzt, sehr leicht zu quellen und dann einen bedeutend größeren Raum einzunehmen, als im trockenen Zustande. Seine Bereitungsart wird uns im zweiten Theile beschäftigen.

Es gibt von den Kartoffeln eine Menge verschiedener Gattungen. Die besten sind die in Sachsen sogenannten Lerchenkartoffeln. Sie sind fast vollkommen rund, haben eine dunkle, rauhe, mit einzelnen erhabenen Punkten versehene Schaale, und liefern das beste Mehl und den wenigsten wässerigen Schleim; nach ihnen kommen die ganz glatten, runden, hellbraunen. Bei weitem schlechter sind die runden, glatten, rothen; am schlechtesten aber die großen, länglich runden, welche mehrentheils nur zum Branntweinbrennen und Viehfutter verbraucht werden. Man hat auch

eine sehr kleine Art, länglich oder vollkommen rund, welche sich durch ihren süßen Geschmack auszeichnet, und daher Zuckerkartoffel genannt wird. Vom September bis in Mai halten sich die Kartoffeln am besten, dann aber fangen sie an zu keimen, und sind keine gesunde Nahrung mehr.

Zum Brodbacken sind dieselben nicht geschickt; das davon bereitete Brod ist schliffig, wäßrig und schwer verdaulich, gibt daher leicht zu Verstopfungen Anlaß. Die gesottenen reifen guten Kartoffeln sind, mäßig genossen, auch für Genesende eine sehr empfehlenswerthe Kost, und drei bis vier Stück mit etwas Salz und wenig frischer Butter zu Mittag oder früh erlaubt. Nur ist einige Bewegung dazu nöthig, da sie gern schwache Mägen zu blähen pflegen. Des Abends sind sie weniger zuträglich, und kurz vor Schlafengehen gar nicht angemessen.

Ich kann bei dieser Gelegenheit nicht umhin, allen Menschen, gesunden wie kranken, dringend zu empfehlen, sich vor den späten und reichlichen Abendmahlzeiten zu hüten und, wenn die Umstände es nicht erlauben, sie einzustellen, wenigstens ihre schädlichen Wirkungen durch eine darauf zu machende Bewegung zu schwächen.

2) Die Erdbirnen (Wurzelknollen einer sonnenblumenartigen Pflanze, **Helianthemum tuberosum**). Sie haben mit den Erdäpfeln ungemein große Aehnlichkeit, nur sind sie süßer vom Geschmack, der jedoch nicht das Angenehme hat, wie bei jenen.

3) Die Erdnüsse, Erdmäuse. Es sind die Wurzelknollen unserer Blatterbse, und in einigen Theilen Deutschlands ein gesuchtes Gemüß. Sie haben weißlich trockenes Mehl mit nicht unangenehmem Geschmack.

4) Die Bataten. Eigentlich eine Frucht der Wendezirkelländer, aber auch bei uns in den wärmeren Gegenden gezogen. Kleine, purpurrothe, knotige Wurzeln, welche

von sehr süßem Geschmack sind und als Leckerbissen auf die Tafeln kommen.

5) Die Zuckerwurzeln. Von einem gewürzreich-süßen Geschmack und so zart, daß sie sich ungemein schnell zerkochen lassen, aus welchem Grund sie sehr gern zu Suppen benützt werden. Das mit ihnen gekochte Wasser wird gelb gefärbt. Diese Wurzeln werden auch frisch, wie Obst oder als Salat, verspeist; der ausgedrückte Saft hat die Eigenschaft, leicht abzuführen. Sie geben eine ganz vortreffliche Kost für Kranke, da ihr Geschmack so angenehm und sie dabei nährend, sättigend und leicht zu verdauen sind.

6) Die arabische oder indische Süßwurzel, weißer Galgant, Erdmandel, **dolci Thrasi.** In Italien, Spanien und dem mittägigen Frankreich häufig gebaut; rothe, schuppigt-knotige, olivenförmige Wurzeln, die an feinen Haaren klumpenweise miteinander zusammenhängen, von süßem mehligem Geschmack. Sie kommen zu uns mehr als Seltenheit.

7) Mohrrübe, Möhre, gelbe Rübe, Carotte. Es gibt von derselben dreierlei Gattungen. Die weißen, die am wenigsten Zuckerstoff enthalten, die dunkelrothen, die besten, und die gelben. Die Möhre besitzt einen süßen Saft, woraus ein wahrer Zucker, der Möhrenzucker, gewonnen, und in mehreren Krankheiten, so wie der eingedickte Saft, empfohlen wird. Die Mohrrüben selbst geben eine sehr gesunde, zarte, gut verdauliche Speise, welche lange ohne Ueberdruß Kranke genießen.

8) Rothe Rübe, **Betterave** französ. Aus ihnen wird bekanntlich neuerer Zeit der Runkelrübenzucker in Menge gewonnen, und dieß allein kann uns schon auf ihre nahrhaften Theile schließen lassen. In der That sind sie für viele Kranke, zumal wenn ihnen der Geschmack nicht zuwider ist, eine nährende, kühlende, leicht abführende und

durststillende Speise. Als Salat sind sie weniger empfehlenswerth, denn als Gemüse.

9) Die Mangoldwurzel, die Bete. Man hat weiße und rothe oder Sommer- und Winterbete. Diese Wurzeln sind ungemein süß, und der Zucker läßt sich leicht aus ihnen darstellen. Sie sind nahrhaft, leicht verdaulich, und Kranken in der Regel nicht unangenehm. Auch das Kraut der Pflanze wird als Gemüse, wie anderes Kraut zugerichtet, benützt, oder zum Salat verbraucht.

g) Das Zuckerrohr.

Ist nur zwischen den Wendezirkeln in den heißen Climaten zu Hause. Es enthält ein süßes, halbflüssiges Mark, was ungemein nahrhaft ist. Dieses gibt, ausgepreßt und weiter zubereitet, den Zucker und den Syrup. Durch fortgesetztes Reinigen erhält man den raffinirten Zucker, von dem es verschiedene Sorten, als: großen Melis, kleinen Melis, raffinirten Zucker, Bogerbrod, Canarien- und Königszucker gibt.

Der reine Zucker ist ein chemisch selbständiger Körper, welcher zwischen Salz und Säure inne steht, im Wasser sich leicht und vollkommen auflöst, und destillirtes Oel, was mit ihm vermischt wird, ebenfalls im Wasser auflöslich macht. Mit Weingeist findet die Auflösung schwerer und langsamer Statt. Durch das Feuer schmilzt er, wird braun und verbrennt zu einer leichten, zerreiblichen Kohle. Bei langsamem Schmelzen entwickelt er balsamisch-saure Dämpfe, die zuletzt scharf sauer werden, und wobei von dem Zucker zuletzt nichts als eine leichte, glänzende, schwarze Kohle zurückbleibt. Uebrigens läßt sich der Zucker, aufgelöst, leicht in eine saure und geistige Gährung versetzen.

Betrachten wir ihn in Hinsicht seiner Wirkungen in unsrem Körper, so ergibt sich Folgendes:

Der reine Zucker, in nicht zu großer Menge angewendet, hat eine die Verdauung befördernde, schleimzertheilende, die Fäulniß aufhaltende Kraft, und da er sich gern mit fettigen Dingen verbindet, so kann er auch diese im Körper lösen und zur Ausführung geschickt machen. Versetzt man Milch mit Zucker, so wird dadurch die Abscheidung der öligen oder butterhaften Theile befördert. Mit den Säuren geht er ebenfalls eine Verbindung ein, und mildert oder zerstört ihre äzende Kraft, daher man starkes Zuckerwasser mit Recht bei Vergiftungen empfohlen hat, die durch scharfe Stoffe geschehen sind.

Dieß Alles gilt jedoch nur von dem wohlgereinigten feinen Zucker. Der unreine ist mit noch einer Menge fremder Bestandtheile vermischt, welche seine Wirkung hindern oder schwächen. Dasselbe gilt auch von dem bei den Speisen verwendeten Zucker, namentlich kann er sogar schädlich werden, wenn man ihn bei der Bereitung einer zu starken Hitze ausgesetzt hatte. In dieser Beziehung hat man vollkommen Recht zu behaupten, der Zucker schwäche die Verdauungskräfte, und das tägliche Beispiel lehrt, wie diejenigen Menschen, welche für feines Backwerk eingenommen sind, und es häufig genießen, immer mit Leiden des Magens zu thun haben. Solcher Gestalt ist der Zucker das beste Mittel, gute Zähne in Kürze gänzlich zu verderben; was er, rein genossen, nicht thut, wie man geglaubt hat. Denn Letzterem kann ich aus der Erfahrung beipflichten, da ich viele Menschen, besonders Südländer, kennen gelernt habe, welche häufig große Stücke von dem reinen Zucker genossen und gesunde, blendendweiße Zähne hatten. Trocknen, magern und hitzigen Naturen taugt der Zucker weniger, als vollsaftigen und phlegmatischen.

Der Syrup, jener dicke, schmierige, klebrige Saft, welcher beim Raffiniren zurückbleibt, ist zwar sehr nahrhaft,

aber doch nicht gesund, indem die ihm beigemischten fremdartigen Theile Blähungen und Verschleimung verursachen.

h) Der Ahornzucker.

Wird aus einer Ahorngattung in Nordamerika häufig gewonnen, ist weniger süß, schwerer auflösbar und nicht so rein als der andere Zucker.

Er wird in Brustkrankheiten gerühmt.

Die Isländer bereiten aus einer Algen- oder Meergrasart eine Substanz, die mit unsrem Zucker mehre Aehnlichkeit hat und Sölzucker genannt wird.

i) Die Feige.

Der Feigenbaum wächst im südlichen Europa im Freien, und auch bei uns gedeiht er, wenn er gegen die strenge Winterkälte geschützt wird, recht wohl. Er liefert uns die bekannte Frucht, und zwar in drei Hauptsorten:

1) Die weiße Feige. Das Fleisch ist sehr schmelzend und mit einem stark gezuckerten, sehr angenehmen Saft angefüllt. Die Herbstfrüchte sind runder und nicht so groß als die Sommerfeigen, und in warmen Jahren von vortrefflichem Geschmack. Von dieser weißen Feige ist die sogenannte Feige von Marseille nicht verschieden.

2) Die fahlrothe oder englische Feige. Sie hat fast die nämliche Form, wie die weiße Feige; sie ist aber etwas länger. Die Haut ist gelb und mit langen weißgrünlichen Punkten betüpfelt. Das Mark unter der Haut ist röthlich oder fahl, und das Fleisch weiß; die Samen aber und das um dieselben befindliche Fleisch ist röthlich.

3) Die violette Feige. Die Frucht ist am Durchmesser vollkommen rund; die Haut ist dunkelviolett; das Markige unter der Haut ist weiß oder sehr schwach roth gefärbt; das Fleisch und die Samen sind ziemlich dunkel-

roth. Der Geschmack ist in recht warmen Ländern ganz vortrefflich.

Von dieser Sorte ist die Birnfeige oder Feige von Bordeaux eine Abart.

Die frische Feige ist in den warmen Ländern eine sehr kühlende, lindernde, gelinde abführende, durch den Urin reinigende, die Brust geschmeidig machende und leicht verdauliche Frucht, sagt Zöckert, und ich setze hinzu, auch sehr nahrhafte, denn in jenen Ländern, wo sie einheimisch ist, werden Menschen und Thiere von ihrem öftern Genuß ungemein leicht fett. Wenn man sich darin übernimmt, erschlafft sie den Magen, macht faulige Säfte und unreines Blut, so daß häufig stinkende Schweiße erscheinen. Die frischen Feigen haben vor den getrockneten wenig Vorzug hinsichtlich der Nahrhaftigkeit, nur blähen letztere etwas und machen viel Winde. Jedoch gehörig zubereitet sind sie für Kranke sehr zuträglich und leisten in manchen Uebeln außerordentlichen Nutzen. In der Regel kommen die an der Sonne getrockneten aus der Provence, Italien und Spanien. Die großen gelben länglichen von Genua, und die kleinen gelben runden von Marseille, auch Korbfeigen genannt, sind die vorzüglichern. Die trockenen, mit einem weißen Pulver bedeckten oder von Würmern benagten, desgleichen die schwarzen, sauern, zusammenziehenden, taugen nichts. Die getrocknete caprificirte Feige vom Archipelagus hat durch das Dörren auf dem Ofen einen unangenehmen Geschmack.

k) Die Dattel.

Die Dattel ist die auch bei uns wohlbekannte Frucht einer Palmengattung, welche vorzüglich in Afrika einheimisch ist, und auch nur dort reife Früchte trägt. Der Baum gedeiht auf einem dürren sandigen Boden am besten, und ist daher eine große Wohlthat für die Bewohner der

heißen, unfruchtbaren Steppen Afrika's und Asiens. Nur die befruchteten weiblichen Dattelblüthen erzeugen die wohlschmeckende Frucht; die Araber wissen daher eine künstliche Befruchtung derselben zu erzielen. Die besten und reifen Datteln sollen die Größe einer Pflaume haben, und ihr Fleisch weiß, roth oder gelb sein.

Die in den heißesten Ländern erzeugten sind zuckersüß und so saftig, daß schon ein gelinder Druck eine syrupartige Flüßigkeit auspreßt. Wenn man andere Datteln mit diesem Saft einmacht, so heißen sie Caryoten und sind ein Leckerbissen. Mit den schlechtesten Datteln werden Thiere, namentlich Kamele, gefüttert, und sie gedeihen sehr bald bei dieser Kost.

Man ersieht hieraus die Menge Nahrungsstoff, welche diese Früchte enthalten, zugleich aber sind sie leicht verdaulich und sättigend. Die aus Arabien und Palästina kommen, gehören zu den besten, dann folgen die aus Persien und der Levante, und zuletzt die aus Portugal und Spanien. Die Türken und Araber gewinnen aus den Datteln ein geistiges, weinähnliches Getränk, so wie auch Essig. Außerdem erzeugt auch der Baum selbst in seiner Krone eine Flüßigkeit, welche durch die Gährung den in den Südländern beliebten Palmenwein liefert. Die unreifen Blumen oder Fruchtkolben werden als Gemüse oder Salat gegessen.

Capitel 16.

Weniger nährende Pflanzenstoffe.

Sie enthalten bei weitem weniger Zuckerstoff und vegetabilische Gallerte, mehr Schleim, wäßrige, mehlige und fette Theile. Manche von ihnen, namentlich die viel Oel

oder schleimiges Mehl besitzen, haben die Eigenschaften sehr schnell zu sättigen. Im Allgemeinen, die fetten ausgenommen, bilden sie eine zwar nicht ungesunde, aber doch schon einen gut verdauenden Magen fordernde Kost, welche trockne und hitzige Naturen besser vertragen, als melancholische und phlegmatische. Sie müssen jedenfalls alle sehr gut durchgekocht sein, wenn sie eine Nahrung für Kranke oder Genesende abgeben sollen, und daher ist es eine gute Sitte, als Gemüse sie zuerst im Wasser, am besten mit Dampf zu kochen, dann in der Brühe von Fleisch noch aufwallen zu lassen. Ferner soll man sie womöglich frisch, nicht getrocknet, gebrauchen. Ihr wässeriger Stoff ist es eben, welcher sie leichter verdaulich macht, und dieser muß durch das Trocknen verloren gehen.

Aufgewärmte Speisen von ihnen soll man nie einem Kranken geben, überhaupt ist ein frisches Essen dem Patienten bei weitem zuträglicher, als eines, was schon über Nacht wohlgar gestanden hat und von Neuem gewärmt werden muß.

a) Von den Hülsenfrüchten im Allgemeinen.

Zückert hat über dieselben einige vortreffliche Worte geschrieben, die es wohl werth sind, wieder in das Gedächtniß gerufen zu werden. Wo ich abweichender Meinung bin oder etwas zuzusetzen habe, werde ich dieß bei der Beschreibung der einzelnen Gattungen von Hülsenfrüchten anführen, und hier nur so viel noch erinnern, daß die jungen frischen Hülsenfrüchte, gehörig zubereitet, denn hierauf kommt viel an, in der Krankenküche nicht fehlen dürfen. Jetzt zu unserm Autor. Der sagt: Die jungen, grünen und frischen Schoten und Hülsenfrüchte, die man als Gemüse speiset, sind leicht verdaulich, nicht sehr blähend, aber auch wenig nahrhaft. Die trockenen und alten haben einen mehligen

Bestandtheil, der aber gröber und schwerer zu verdauen ist, als in den Getraidefrüchten. Sie haben viel Luft in sich und sind deswegen allesammt blähend. Weil ihr Mehl von grobschleimiger Beschaffenheit ist, so geben sie zwar eine starke Nahrung, und können bei guter Verdauung viel Blut erzeugen; sie machen aber ein grobes und dickes Blut. Sie sind also gute nachhaltige Speisen für arbeitsame und robuste Leute, für Bauern, Tagelöhner und dergleichen Menschen, die bei ihrer schweren Arbeit eine derbe Kost haben müssen, eine solche Kost, aus welcher ein Blut erzeugt wird, das sich für die starken und harten Gefäße dieser Leute schickt. Um Erbsen, Linsen, Bohnen, Wicken verdauen zu können, muß man einen starken Magen haben, und um den groben Nahrungssaft, der davon in das Blut kommt, auch wieder in wahres Blut verwandeln zu können, und dieses derbe Blut gehörig umzutreiben, muß man starke Adern haben. Wer sich dieser beiden Vorzüge seines Körpers rühmen kann, dem werden die Hülsenfrüchte eine gute und gesunde Nahrung verschaffen. Allein so sind die Körper der Zärtlichen, Schwächlichen, Stillsitzenden nicht. Ihr Magen ist schwach; ihre Adern sind zart, fein, schwach und schlaff. Wie kann solchen Körpern eine so schwere Nahrung, als die Hülsenfrüchte geben, heilsam sein? Es ist einleuchtend, daß diese Speisen von dergleichen Menschen nicht verdaut und nicht in ordentliches Blut verarbeitet werden können. Da wird nun der Magen beschwert, verunreinigt, ein grober nicht gleichförmig durchgearbeiteter Milchsaft in das Blut gebracht, und ein rohes, dickes, schleimiges, melancholisches, zur Stockung, Scharfwerdung und Fäulung geneigtes Blut erzeugt. Ein aufgetriebener Leib, von Winden kollernde Gedärme, verstopfte Drüsen und Eingeweide, Trägheit des Körpers, gedunsener Zustand, Krätze, Scorbut, und in warmen Ländern der Aussatz, sind unausbleibliche

Folgen vom häufigen Genuß der trockenen Hülsenfrüchte bei Leuten, die nicht eine sehr arbeitsame und bewegliche Lebensart haben. Die alten Aerzte und Weltweisen warnten vornehmlich Studirende vor dieser Kost, von welcher sie behaupteten, daß sie das Gedächtniß und die Seelenkräfte schwäche. Nun ist das wahr, daß in einem schwindsüchtigen, dickblutigen Körper, dergleichen die Hülsenfrüchte bei Stillsitzenden zuwege bringen, nicht leicht eine heitere, zum Studiren allzeit aufgelegte Seele wohne. Da die Hülsenfrüchte kein gutes Blut geben, und zur Hervorbringung langwieriger Krankheiten sehr geschickt sind, so sollten sie auch niemal von Personen, die mit chronischen Krankheiten behaftet sind, oder doch zu Zeiten Anfälle davon haben, genossen werden. Am schädlichsten ist deren Genuß den Hypochondristen, Engbrüstigen, hysterischen Frauenzimmern und denen zu Krämpfen, Steinschmerzen, Schwindel, Gicht und Hämorrhoiden geneigten Personen.

Man mag die trockenen Hülsenfrüchte zubereiten, wie man will, so kann man vielleicht ihnen die blähende Eigenschaft etwas benehmen, und sie zur leichtern Verdauung ein wenig geschickt machen, aber ihre Rohsaftigkeit behalten sie dennoch, und ihr groberdiges, schleimiges Wesen läßt sich nicht verbessern. Medicinische Tugenden haben sie gar nicht, ob man gleich einigen derselben eine urintreibende Kraft angedichtet hat. Da sich nun nicht viel mehr von den Hülsenfrüchten sagen läßt, als was bereits davon gesagt worden ist, so will ich mich auch nicht bei der Betrachtung der einzelnen Früchte dieser Art aufhalten, sondern ich will nur noch des Nutzens gedenken, den sie zum Brodbacken bieten können.

Aus dem Mehl der Hülsenfrüchte kann man Brod backen. Da es aber für sich allein nicht gährt, und ein zu festes, schweres, scharfes, bitteres Brod geben würde, so

vermengt man es mit Getraide. Dazu schickt sich Bohnen- und Wickenmehl am besten. Doch geschieht solche Vermengung nur in theuren Zeiten, oder in solchen Ländern, wo wenig Getraide gebaut wird. In Italien mengt man einen Theil Bohnen und zwei Theile Waizen oder Roggen, oder Roggen und Mais untereinander, und daraus wird ein sehr schweres und schwarzes Brod, das an Geschmack etwas bitter, jedoch aber zum Unterhalt und Ersparung für Leute, die schwere Arbeit und wenig einzuerndten haben, nicht undienlich ist. Wenn drei Theile Spelt und der vierte Theil Bohnenmehl untereinander gemengt werden, so wird die Schwere und Fettigkeit der Bohnen um Vieles gemildert, und das Brod weiß und gut. — So viel Zückert.

Wir betrachten hier sogleich die Gattungen der Hülsenfrüchte, weil sie unter die mittelmäßig nahrhaften Pflanzen gehören.

1) Schoten oder grüne Erbsen. Die jungen, grünen, frischen Erbsen sind eine sehr gesunde, wohlschmeckende Speise auch für Kranke, nur dürfen sie, wie gesagt, nicht zu alt sein. Auch die man aus den Schoten grün ausnimmt und bis zum Winter aufhebt, sind bei weitem nicht mehr so leicht verdaulich, als die kaum aus der Schote genommenen und gekochten. Letztere kann ebenfalls gekocht werden, nur muß zuvor das feine durchsichtige Häutchen, was ihre Oberfläche überzieht, entfernt werden.

2) Die Linsen. Sie sind diejenigen Hülsenfrüchte, welche wir allein trocken genießen, und es ist ungerecht, daß man sie mit den andern trockenen Hülsenfrüchten in Anbetreff der Eigenschaften in eine Klasse geworfen hat. Das Gemüse von ihnen, wofern nur die Linsen durchgeschlagen und so ihre unverdaulichen Schalen entfernt wurden, ist keineswegs sehr schwer verdaulich, und ein Genesender darf keck einige Löffel genießen, ohne Beschwerden

zu fürchten. Nur wer sehr starke Anlage zu Blähungen und Blutandrang nach dem Kopf hat, mag sie bei Seite setzen. Mit etwas Weinessig genossen, werden sie noch leichter verdaulich. Linsensuppe ist ein herrliches, kräftiges Essen.

3) Bohnen. Den trockenen kann ich keine solche Lobrede halten, wie den Linsen, wohl aber den jungen grünen. Wer genöße sie nicht gern zu einem Stück saftigen Fleisch. Auch unsere Kranken dürfen sie bekommen, nur nicht allzu fett; sie feuchten an, blähen nicht und sind leicht verdaulich, nur müssen sie noch keine oder ganz kleine Kerne haben. Mit Salz und Essig oder als Salat sind sie weniger empfehlenswerth. Man hat verschiedene Sorten, als, welsche oder türkische, Schmink-, Heckerbohnen u. s. w. Letztere sind die weniger guten.

b) Weniger nährende Wurzelgewächse.

Sie enthalten mehlige oder schleimige, mit Zuckerstoff verbundene, Bestandtheile, die in einem faserigen Gewebe enthalten und eingeschlossen sind, das wenig nahrhaft ist, aus dem die Därme und der Magen nur jenes zuckerstoffhaltige Wesen ausziehen und das Uebrige unverdaut von sich geben. Die Häute der Wurzelgewächse sind mehrentheils widerlich bitter und blähend, daher sie geschabt oder geschält werden müssen. Da sie nicht so viel Nahrungsstoff enthalten, können sie auch nicht die Bereitung eines kräftigen und stärkenden Chylus oder Speisesaftes veranlassen, und zur Wiederherstellung des thierischen Leims behülflich sein, sie werden auch nicht stark sättigen, wohl aber unser Blut erfrischen und das dicke verdünnen können. Einige von ihnen sind auch mit wirklichen Arzneikräften, salzigen, bitter-balsamischen Theilen u. s. w. versehen, und können daher unter gewissen Umständen und in zu bestimmenden Krankheiten Nutzen

stiften. Die Wurzeln haben eine Neigung, Säure zu erzeugen, und also auf der einen Seite vermögen sie die Fäulniß zu hindern, während sie auf der andern leicht Durchfälle und Koliken erregen können, namentlich wenn Getränke damit verbunden werden, die sich nicht vertragen, wie Bier, Milch u. s. w.

Die Wurzeln sind am gesündesten zu genießen, so lange sie frisch und zu ihrer Jahrszeit zu haben sind; die außer der Zeit oder spät erzeugten sind viel trockener und werden leicht pelzig oder holzig, auch lassen sie sich viel schwerer weich kochen.

1) Pastinak, **Panais** französ. Die Wurzel ist süß, gewürzhaft, doch auch etwas blähend. Man hat nicht selten die Schierlingswurzel, dann die Hundspetersilienwurzel dafür angesehen, und dadurch Vergiftungen herbeigeführt. Von ersterer unterscheidet sie sich durch die kleinere, spindelförmige Gestalt; dabei hat die ganze Pflanze einen eigenthümlichen, gewürzhaften Geruch, besonders der Samen, nicht so fein getheilte Blätter, und die gelben Blumendolden ohne Hülle.

Die Hundspetersilie hat zwar auch eine dünne Wurzel, aber fast ohne Geruch, glatte, glänzende, feine, dreimal eingeschnittene Blätter, kleine Blumen mit weißer Krone, an der getheilte Hüllenblättchen stehen, und vollkommenen runden Samen.

2) Sellerie. Man hat zwei Sorten von diesem Wurzelgewächs, den Rüben- oder Knollensellerie mit dicken, runden, und den französischen mit kleineren, mehr länglichen, weißeren, zarteren, süßeren und wohlriechenderen Wurzeln. Auch sind die Blätter breiter und haben ein schöneres Grün. Wenn man sie vor dem Lichte schützt, so färben sie sich weiß und können als Gemüse benützt werden.

Der Sellerie hat einen angenehmen, süßlich-säuerlichen Geschmack, und ist gekocht nicht schwer zu verdauen. Er löst auf und wirkt auf den Urin, so daß dieser in größerer Menge abgesondert wird. Wenn er gekocht wird, so gibt man ihn selten allein, sondern in Verbindung mit anderem Gemüse.

3) Die Scorzonere, Salfifi oder Schlangenwurzel. Hat ein sehr fasriges Gewebe, von der Dicke eines Mannsfingers, und ist äußerlich mit einem schwarzen Häutchen überzogen, unter dem das weiße Wurzelmark liegt, welches angenehm süß schmeckt, schleimigt ist, und einen milchweißen Saft enthält. Man ißt die jährigen und zweijährigen Wurzeln, nachdem sie vorher von der bittern Haut sind befreit worden und einige Zeit im frischen Wasser gelegen haben, als Gemüse oder Salat. Die spanische Scorzonere hat noch feineres Fleisch. Beide Sorten besitzen medicinische Kräfte, sind auflösend, eröffnend und blutreinigend bei scharfen Säften.

4) Gerberwurzel, Bocksbart, Artifi. Wurzeln mit fasrigem Gewebe und sehr ähnlich der Schlangenwurzel, von der sie sich fast nur durch süßeren Geschmack unterscheiden lassen, und durch das gelbe Oberhäutchen. Der milchweiße Saft und das weiße Mark ist ihnen ebenfalls eigen. Die Wurzeln werden für Kranke als eine recht gesunde und etwas nahrhafte Speise gegeben. Die jungen Sprossen benützt man zum Salat.

5) Die weiße Rübe. Einige kleine Abarten derselben, wie z. B. die Teltawer oder märkischen, die sächsischen Halmrüben, sind durch ihre Güte berühmt, haben auch wirklich einen besonderen, sehr angenehmen Geschmack, und sind dabei gesund und leicht verdaulich. Eine gute Rübe soll beim Zerbrechen knacken, und, roh gegessen, etwas scharf und bitter sein. Auch haben die Rüben die Eigenthümlichkeit,

der Milch und dem Fleisch der mit ihnen gefütterten Thiere ihren Geschmack mitzutheilen. Die gewöhnlichen Rüben, wenn sie recht weich gekocht werden, geben eine leicht verdauliche, nahrhafte Speise, wegen des Mehls, was sie in ziemlicher Menge enthalten. Aus diesem Grund werden sie auch zum Brod verwendet. Ihre Arzneikräfte sollen auflösend und seifenartig sein.

6. Die Steckrüben. Rebs, Rübsen, Rübsaatwurzel, hat unter einer schwarzen Oberhaut ein weißes Fleisch, was bei dem kleinen so gut ist, wie von den märkischen. In Schweden sind die gothländischen, in Deutschland die bairischen berühmt. Die großen haben mehrentheils Wurmstiche, sind holzig und blähend. Das Kraut ist der Rübenkohl, welcher in Baiern häufig als Gemüse genossen wird, aber ziemlich fade und unschmackhaft ist.

7. Der Kohlrabi oder die Kohlrübe. Der ganz junge Kohlrabi, gut weich gekocht, ist eine gesunde, leicht verdauliche und nicht sehr blähende Speise; nur wenn er anfängt alt und holzig zu werden, taugt er nicht mehr zur Kost.

c) Kürbisartige Gewächse.

Sie besitzen einen mehligen Stoff, welcher durch eine Menge wässerige Feuchtigkeit oder Schleim mit den erdigen Theilen verbunden ist. Jener gibt auch allein bei ihnen den nährenden Stoff ab. — In der Krankenküche verwendet man sie nicht sowohl in Hinsicht ihrer Nahrhaftigkeit, als um des kühlenden wässerigen Schleims willen, dem in einigen Krankheiten arzneiliche Kräfte zugeschrieben werden. Im Ganzen sind sie bei weitem schwerer verdaulich und daher auch nur mit viel Vorsicht zu genießen.

1) Der Kürbis. Er wird in einigen Gegenden Deutschlands zur Speise benützt und vorzüglich zu Brei gekocht. Die jungen Kürbise werden auch häufig gebacken.

Die zarten Schößlinge der Stengel dienen zum Salat, und aus dem Mehl, was die ausgewachsenen Früchte liefern, fertigt man Brod und Kuchen. Eine Abart ist der Pfeben- oder Warzenkürbis. Beide Gattungen taugen für die Krankenküche nicht, wegen ihrer Unverdaulichkeit.

2) Die Gurke oder Cucumer. Eine zum Salat allgemein beliebte Frucht, welche an einem kühlen, schleimigen Saft sehr reich ist. In der Krankenküche verwendet man sie unausgepreßt, als abkühlendes und erfrischendes Mittel bei hitzigen Krankheiten und nicht schwachem Magen, denn in letzterem geht er durch zu langes Verweilen in Gährung über, wird scharf, stopfend und blähend. Nach dem Gurkensalat soll man kein Bier oder Wasser trinken. Die sauren Gurken sind keine schlechte Speise für Genesende, wenn sie noch vollkommen wohlschmeckend sind, auch nur in sehr geringer Menge genossen werden.

3) Die Melone. Diese Frucht enthält ebenfalls sehr viel erfrischenden, wohlschmeckenden Saft, muß aber eben aus diesem Grund mit großer Vorsicht genossen werden. Sie soll die Hautausdünstung vermindern und den Harn vermehren, geht leicht in Fäulniß über und kältet den Magen. Gesünder ist es, sie mit etwas Pfeffer und Salz, als mit Zucker zu genießen. Von den vorzüglicheren Sorten, die bald gelbes, bald grünes, bald rothes Fleisch besitzen, sind folgende zu bemerken: die Cantaloupe, die Romana, die Succado, die kleine portugiesische und die gestrickte Melone. Die sehr nahrhafte Wassermelone oder Argurie bekommt man sehr selten und schlecht bei uns.

d) Oelige Früchte.

Man gewinnt aus den Pflanzen zweierlei Oele: das aromatische oder ätherische Oel, welches sehr flüchtig, wohlriechend, feurig und scharf ist; und das fette, was mild und butterähnlich ist, und mit dem thierischen Fett so ziemlich

übereinkommt. Außer dem fetten Oel enthalten diese Früchte noch mehlige, erdige, wässerige und schleimige Theile, und können deßhalb nährende Theile an dem Körper abgeben. Doch sind sie schwerer verdaulich, als die übrigen Pflanzenspeisen, und erfordern viel scharfe gute Galle, geben auch dann viel Säfte und Fett, nur aber nimmt die Festigkeit der Muskelfasern ab, welche durch häufigen Genuß von öligen Früchten weich und schwammig werden, namentlich in den kältern Gegenden. Das Rösten derselben verschlechtert ihre Beschaffenheit. Ueberdieß besitzen sie noch medicinische Kräfte: zu reitzen, zusammenzuziehen, zu stärken und zu erwärmen. Einige von ihnen, wie die bittern Mandeln, sind wahre Gifte durch ihren reichen Gehalt an Blausäure, und müssen in der Krankenküche durchaus vermieden werden. Wenn die, welche auch roh genossen werden, sehr alt sind, so bringen sie leicht Heiserkeit, Ausschläge und Geschwüre im Halse hervor, was auf einem Ranziggewordenseyn ihrer öligen Theile zu beruhen scheint.

1) Die Mandeln. Eine dem Pfirsichbaum sehr ähnliche Pflanze und aus demselben Geschlecht, bringt uns diese Frucht, welche sich in zwei Arten, die süße und bittere Mandel theilt. Man kann die süßen Mandeln, wenn sie noch grün sind, wie Nüsse essen und einmachen, in der Regel aber werden nur die vollkommen reifen verbraucht. Man hat zwei Sorten: dünnschaalige oder Krachmandeln und hartschaalige. Die beste Gattung aber ist die Ambrosienmandel, dick, rund, süß, und wird ohne Schaale zu uns gebracht.

Die Mandeln dürfen durchaus nicht ranzig oder herbe, sollen vielmehr angenehm süß schmecken. Außen müssen sie von einer feinen hellbraunen, glatten Rinde überzogen sein, keine Löcher oder Wurmstiche haben, nicht feucht, schimm-

lig oder angelaufen sein, inwendig keine gelbfleckige, sondern glänzend weiße Farbe besitzen.

Die süßen Mandeln haben zur Hälfte ihres Gewichtes ein süßes, fettes Oel, mit dem den Mandeln eigenthümlichen Geruch versehen. Auch die Kleien besitzen noch ein fettiges Wesen, welches das Wasser milchweiß färbt und anstatt der Seife dienen kann, zu welchem Zweck jene häufig und mit Recht angewendet werden, indem sie auf die Haut keine so nachtheilige Wirkung machen, wie die Natron oder Sodaseife. Die medicinischen Kräfte der Mandeln sind bedeutend. Sie nähren stark und schnell, und man benützt sie daher in Verbindung mit Zucker oder andern süßen Säften, um bei Schwächlichen und Genesenden die Kräfte und das Blut bald wieder zu ersetzen. Man gibt sie den säugenden Frauen, um die Milch bei ihnen zu vermehren. Mit Zucker und Wasser geben sie die bekannte Mandelmilch, die man bei Kranken gebraucht, um das Blut zu verdünnen, abzukühlen und zu versüßen. In großer Menge genossen verdirbt dieselbe den Magen, erkältet ihn, macht Magendrücken und Durchfall.

Von den verschiedenen aus Mandeln verfertigten Speisen ist die Mehrzahl für die Krankenküche unbrauchbar, für Genesende aber sind die im zweiten Theil beschriebenen erlaubt: Mandelmilch, das Mandelmus, die Mandelspäne, Mandelsuppe.

Seitdem wir das furchtbare Gift kennen, welches die bitteren Mandeln mit sich führen, wird es wohl Niemand mehr einfallen, dieselben wegen ihrer auflösenden, trocknenden und stärkenden Kraft früh nüchtern zu genießen; ebensowenig sie gegen den Rausch zu verordnen. Ueberhaupt sollte man die bittern Mandeln auch aus der Küche für Gesunde gänzlich entfernen.

Wenn man die Mandeln roh ißt, soll man die braune

Haut abziehen, welche Sodbrennen erregt, und den Kern selbst gut kauen.

2) Castanien. Die süßen oder zahmen Castanien auch Maronen werden jetzt fast in ganz Deutschland gezogen, die besten aber kommen aus Südeuropa. Ihr Fleisch ist roh von süßem aber etwas herbem Geschmack. Sie sind, roh verzehrt, schwer verdaulich wegen ihrer harten, dickschleimigen und erdigen Substanz, welche im Rösten oder Sieden in einen mehligen Zustand übergeht. Dann geben sie eine grobe, dicke und für die sich stark bewegenden Personen gesunde Nahrung. In Butter gebraten sind sie am schlechtesten zu verdauen, besser mit etwas Citronensäure und Zucker, und am besten mit Salz. Man backt aus ihnen in den südlichen europäischen Ländern Brod, das sehr nahrhaft ist, aber auch einen guten Magen erfordert. Die wilde Castanie, welche einem andern Pflanzengeschlecht angehört, hat einen bittern, scharfen Geschmack, schäumt, zum trockenen Pulver gemacht, wie Seife, und hat wurmtreibende Eigenschaften.

3) Die Wallnuß. Der schöne schattige Baum ist jetzt in dem warmen und gemäßigten Europa heimisch, blüht im April und reift seine Früchte im September. Man hat verschiedene Sorten derselben. Die Pferde- oder Roßnuß, zwar groß aber mit wenig und nicht so schmackhaftem Kern; die dickschaalige und die dünnschaalige Wallnuß. Die Frucht wird roh und zubereitet genossen. Die unreifen Nüsse werden ebenfalls eingemacht, und werden dann kalten Naturen sehr empfohlen, indem sie den Magen stärken, Blähungen ableiten, den Appetit erregen, die Ansteckung bei epidemischen Fiebern verhindern sollen, u. s. w. Allerdings besitzt die grüne Schaale eine aromatische, herbe Bitterkeit und einen braunen Farbestoff, der medicinische Kräfte wohl beiwohnen können, jedoch sind die eingemachten

Nüsse, der vielen Gewürze wegen sehr erhitzend, und ich würde sie Kranken nicht empfehlen. Die in Salzwasser eingelegten könnten noch am ersten die gehoffte Wirkung hervorbringen. Der Kern der reifen Wallnüsse, wenn das feine gelbe Häutchen entfernt ist, hat einen angenehmen Geschmack und ist nicht ungesund, nur etwas schwer verdaulich; der aber von alten Nüssen ist ranzig und ungesund.

4) Die Haselnüsse. Kommen von der bekannten Staude, und reifen im August. Der frische Kern, enthäutet, ist angenehm süß, wenig zusammenziehend und stopfend, sehr reich an fettem Pflanzenöl. Die beliebteste Gattung sind die langen Zellernüsse.

5) Die Pinien oder Zirbelnüsse. Diese Pinien kommen von einem Fichtenbaum, der in Südeuropa ganze Waldungen bildet. Es sind kleine, längliche, bauchige Kerne, an beiden Enden stumpf, inwendig von weißer Farbe, äußerlich mit einem braunen, trockenen Häutchen versehen. Die alten Zirbelnüsse sind inwendig gelblich. Die Frucht hat ein schweres Oel, das ungemein leicht thierische Körper fett macht.

6) Pistacien oder Pimpernüsse. Kommen aus Italien und Frankreich, haben eine dreieckige Figur und gleiche Beschaffenheit wie die Pinien.

7) Die Wassernüsse oder Stachelnüsse. Durch ganz Europa wild wachsend. Die Schaale des Kernes ist von schwarzer Farbe und mit vier abgestumpften Stacheln versehen; letzterer aber ist herzförmig, von weißer Farbe, süßlich herbem Geschmack und roh ungenießbar. Gesotten oder gebraten kommt er mit der Castanie überein.

8) Buchecken oder Bucheicheln. Sind reich an einem süßen fetten Oel, was frisch wie das Olivenöl benützt werden kann. Auch besitzen sie viel mehlige Substanz und sind daher nahrungsreich aber sehr schwer verdaulich.

Roh gegessen haben sie die Eigenschaft, Schlaf zu erregen, und der Genuß in Masse führt Betäubung, eine Art Rausch herbei, wozu sich Seitenstechen gesellt, ja er soll sogar Symptome von Wasserscheu erzeugt haben. Diese giftige Beschaffenheit verliert sich durch das Rösten, wornach sie ohne Schaden, jedoch nur von Gesunden, genossen werden können.

9) Die Eicheln. Die Früchte der gewöhnlichen Eiche haben einen sehr bittern, herben Geschmack, der von dem darin enthaltenen Gerbestoff herrührt, enthalten dabei aber auch eine mehlig-ölige Substanz, die geröstet einen aromatischen Geruch annimmt. — Eichelkaffee. Die Eicheln, welche dazu benützt werden sollen, müssen keine vorjährigen und nicht unreif, daher im November gesammelt sein. Man schneidet sie in erbsengroße Stücke, röstet oder brennt sie, wie die gewöhnlichen arabischen Kaffeebohnen, mahlt sie dann auf der Kaffeemühle, und bereitet aus dem gröblichen Pulver durch Abkochen den Eichelkaffee. Auf einen Schoppen Kaffeeabsud kann man ein bis drei Loth von dem gerösteten Eichelmehl nehmen. Man trinkt ihn mit Milch vermischt und ohne viel Zucker. Er ist ein unschätzbares Mittel in vielen Kinderkrankheiten, die auf einem fehlerhaften Ernährungsprozeß beruhen, wie Skropheln und die englische Krankheit. Aber auch abzehrende Erwachsene trinken ihn mit dem größten Nutzen. Er wird leicht sauer, und darf deßhalb nicht oft aufgewärmt werden.

10) Der Cacao. Eine Frucht, die erst seit der Entdeckung Amerika's in Europa bekannt geworden ist. Sie bildet gleichsam den Uebergang zu den starknährenden Speisen. Zugleich gehört sie auch wieder zu den Getränken, da wir sie so am häufigsten genießen, und bei Gelegenheit dieser wird auch das Nähere über den Cacao besprochen werden. Hier kommt er nur in sofern in Betracht, als er

einen Bestandtheil der Suppen, Crêmes und Gelees oder Gallerten abgibt. Er kann für sich allein recht wohl in der Krankenküche geduldet werden, ist nahrhaft, stopft etwas, und wird nur durch den Zusatz von ausländischen Gewürzen hitzend und schädlich. Für sehr herabgekommene Leute und die mit zu schwachen Magen paßt er am besten mit isländischem Moos versetzt und in geringer Menge gereicht.

11) Die Oliven. Das ausgepreßte Oel davon wird bekanntlich eben so gebraucht, wie die Butter, und als Milderungsmittel der Essigschärfe beim Salat. Die unreifen werden in Salzwasser eingemacht, sind aber unverdaulich und taugen nicht für kränkliche Personen.

Capitel 17.

Schwachnährende Pflanzenstoffe.

Sie enthalten einen sehr geringen Antheil an vegetabilischer Gallerte und Stärkemehl, manche sind jedoch reich an Zuckerstoff. Viele sind mit einer Säure versehen, und fast alle sehr saftreich; daher eine vortreffliche Nahrung für diejenigen Kranken, denen die Fleisch- und starknährenden Pflanzenspeisen verboten sind. Freilich bleibt immer noch eine Klasse unglücklicher Menschen, die fast keine Aussicht mehr haben, sich je wieder einer dauernden Gesundheit zu erfreuen, deren Verdauungswerkzeuge so vollkommen geschwächt sind, daß die nährenderen Speisen aus den Gedärmen kaum fortgeschafft werden können, und durch das Liegenbleiben in Fäulniß gerathen, die saftigen, schwachnährenden, aber durch ihre Säure das ohnehin schlechte Blut verderben; so daß sie fast zum Hungertode verdammt sind, oder manchfache Schmerzen und Leiden tragen müssen,

welche ihnen nach jeder Mahlzeit wie Rachefurien folgen, und gleichsam die früheren Frevel an der Gesundheit strafen.

Jedoch werden wir auch unter den Getränken ein Mittel kennen lernen, was hier als wahre Gottesgabe erscheint, und die Heilung solcher Uebel einzig und allein bewirken kann. Außer diesen gehören aber noch hierher Pflanzen, deren wir uns nicht zur Nahrung bedienen, und welche auch wenig oder keinen Antheil an Zuckerstoff enthalten, die einzig den Zweck haben, die Verdauungskräfte anzuspornen oder sie fähig zu machen, den nachtheiligen Wirkungen anderer Speisen zu widerstehen. Dieß sind die Gewürze.

Vorerst mögen uns die kohl- und krautartigen Gemüse, dann das Obst beschäftigen, und ihnen werden sich die Gewürze zum Schlusse anreihen. Zur leichteren Uebersicht der ersten beiden Abtheilungen werden wir gutthun, Dr. Zückerts Unterabtheilungen nach den vorstehenden Geschmackseigenschaften beizubehalten, und zwar so: süße, säuerliche, herbe, scharfe, schwachnährende Pflanzenstoffe.

Im Allgemeinen ist noch über die Beschaffenheit dieser Pflanzen und Früchte zu bemerken, daß sie salzige, balsamisch-aromatische und gummiartige Bestandtheile besitzen, und daher den Arzt sehr bei der zu unternehmenden Cur unterstützen können. Man hat eine Menge Beispiele, daß Kranke durch eine bestimmte vegetabilische Kost geheilt wurden, nachdem sie eine ganze Apotheke gebraucht hatten. Ueberhaupt seitdem man in der Medicin anfängt, von allen Seiten, Laien und Geweihte, an dem morschen Gebäude zu rütteln, was man bisher Therapie und Heilmittellehre nannte; seitdem Homöopathie und Wasserheilkunde sich den Rang streitig machen, den Menschen zu heilen, und der Widerwille, sich mit Mineralgiften helfen zu lassen, nicht

allein steigt, sondern auch letztere anfangen mehr und mehr selbst unter den Aerzten mit wenig Vertrauen gebraucht, und als das angesehen zu werden, was sie sind — Gifte, seitdem, sage ich, fängt man Gott sei Dank an, in der Diät auf Kost und Getränk, und in der Lebensordnung auf Wohnung und Beschäftigung aufmerksamer zu werden. Hippokrates, Galen und Celses werden häufiger citirt, man wagt sachte zu bedenken, daß der große Hippokrates, mit einer Apotheke von nicht zwanzig Mitteln, Pest und andere grause Uebel glücklich bekämpfte, während wir, seine Nachfolger, nach mehr als 2000 Jahren vom Arsenik zum Quecksilber, von der Blausäure zur Tollkirsche und zum Tollwerden umherirren, ohne nur eines Fingers breit in der Cur der Kranken vorwärts gekommen zu sein. Zwar wird dieser Ausspruch von meiner Seite wieder die Schreier in Bewegung setzen, zu rufen: „Es ist nicht wahr, wir heilen jetzt systematisch, während des Hippokrates Methode roh empirisch war. Die Medicin rückt mit jedem Jahr vorwärts, und muß einen höheren Standpunkt erreichen.“ Allerdings, meine Herren, letzteres ist auch meine Meinung, und eben darum kann es nicht oft genug gesagt werden, daß unsere Therapie nichts taugt. Was hilft dieses hinter dem Berge halten, und dem Nichtarzt weiß machen zu wollen, wir hätten hier tiefe Blicke in die Natur gethan, er sieht durch unsere Thaten, daß dem nicht so ist, und wirft sich zuletzt lieber Naturärzten, Marktschreiern und Charlatans in die Hände. — Hatten die Griechen vielleicht ein Geheimniß, was verloren ging, wie manche gute Kenntniß des Alterthums? Ja sie hatten eines, ein Geheimniß, worüber Hippokrates ein ganzes Buch geschrieben hat — die Lebensordnung. — Verzeihen meine Leser diese Abschweifung, jedoch glaubte ich, es sei hier ein gar guter

Ort, die Mehrzahl der Aerzte, und namentlich junge, in ihrer Vergeßlichkeit etwas zu erinnern.

Die Kräuter und das Obst, wenn sie roh genossen werden, sind dem schwachen Magen beschwerlich durch die Säure, welche sie mit sich führen und durch die Eigenschaft des Blähens, welche sie besitzen. Der gesunde Magen merkt dagegen nichts davon, und ihm bekommen sie trefflich. Hier sind zur näheren Verständigung die Salatkräuter in Erwähnung zu bringen. Der Magen hat bei ihnen drei Dinge zu verarbeiten, die seiner Werkstatt viel zu thun machen. Die Säure, das Oel und das rohe Kraut. Wäre das Oel jederzeit frisch und von übrigen guten Eigenschaften, so würde die Verdauungskraft noch eher fertig werden. Wie selten ist dieses aber der Fall? — Daher auch das Verbot für die Kranken, den Salat zu meiden, seine guten Gründe hat, obschon neuerer Zeit die Aerzte es nicht selten aufzuheben pflegen. — Ebengesagtes gilt auch nur im etwas mindern Grad von denjenigen Kräutern und Früchten, welche in Essig oder Salz eingelegt wurden, und die man vorher trocknete. Am gesündesten sind und bleiben beide in ihrer jeweiligen Jahreszeit genossen, frisch vom Beet oder Feld, und mürbe und weich gekocht, nicht aber, wenn die Schüssel auf den Tisch gesetzt wird, mit einem Spiegel von Fett bedeckt.

Was das Obst nun besonders anbetrifft, so weiß wohl Jedermann seinen Werth zu schätzen, am meisten aber die Kranken. Diese herrliche Gabe des weisen Schöpfers ist ein wahres, natürliches Heilmittel, leider nicht oft genug benützt. Die Herren Botaniker haben in die Namensbezeichnungen des Obstes durch ihre Kunstnamen wo möglich noch mehr Verwirrung gebracht, als früher jemals darin geherrscht hat. Sollte mancher Leser diesen oder jenen Namen bei den Birnen, Aepfeln, Pflaumen, Kirschen, der in

seiner Gegend üblich ist, nicht entdecken, so sei er auf folgende Werke verwiesen, welche ihm sicher Aufschluß geben:

Du Hamel du Monceau, Abhandlung von den Obstbäumen; Original französisch, aber mehrfach übersetzt.

Dietrichs Gartenlexicon, und ein ähnliches von Ph. Miller aus dem Englischen übersetzt.

Wilhelms Naturgeschichte des Pflanzenreichs, für jede Klasse von Lesern ein vortreffliches Buch und bei weitem zweckmäßiger abgefaßt, als die neuerer Zeit erscheinenden, gewöhnlich nur populär genannten Naturgeschichten.

G. Krünitz ökonomische Encyklopädie.

L. v. Linné Pflanzensystem, übersetzt von Miller. Eins oder das andere dieser Werke wird doch noch Jedermann Gelegenheit haben in die Hände zu bekommen.

Das Obst wird entweder roh, gekocht, gebacken oder eingemacht für die Küche benützt. Das rohe muß aber in der Mehrzahl der Fälle vollkommen reif sein, wenn es nicht der Gesundheit schädlich und verderblich werden soll. So nun nachtheilig im Allgemeinen das unreife Obst ist, eben so wenig zuträglich ist auch das überreife. Nachdem nämlich die vollkommen reife Beschaffenheit einige Zeit gedauert hat, so stellt sich der Zustand der Ueberreife ein, das heißt: die Frucht wird in ihrem Fleisch breiartig weich, fleckig, dunkel, unschmackhaft, mehlig, klebrig, saftlos, und vertrocknet oder verfault am Ende. Das Sommerobst erlangt seine Reife auf den Bäumen und fällt dann ab. Es geht schnell in den Zustand der Ueberreife und Fäulniß über, und kann nur an sehr kühlen, trocknen Orten und durch große Aufmerksamkeit, mit der man überreifes oder faulwerdendes sogleich absondert, einige Zeit erhalten werden, doch hat es dann den angenehmen Geschmack nicht mehr. Die Zeit seiner Reife fällt in die heißen Tage des Juli bis September, daher verdünstet ein

Theil seines Saftes ungemein schnell, und die Hautdecken desselben werden faltig; auch geht es sehr leicht in die weinige und saure Gährung über. Aus diesem Grund muß man sich vor lange gelegenem Sommerobst hüten. Um es aber dennoch in späterer Zeit benützen zu können, hat der Mensch das Abdörren und Backen desselben angewendet oder es in Essig und Zucker eingesotten. — Abgedörrtes oder gebackenes Obst gekocht gibt durch den reichen Zuckerstoffgehalt eine nährende, und zugleich sehr gesunde Speise.

Das Winterobst hat jene erste Beschaffenheit nicht. Es wird auf dem Baum nicht reif und fällt nicht ab. Noch spät im Winter sehen wir Birnen, welche der Pflücker oder der Wind übersehen haben, im Wipfel der Bäume hängen, bis endlich das abwechselnde Frost- und Thauwetter es gänzlich in Fäulniß gebracht haben.

Daher hält es sich abgenommen sehr lange, und viele Sorten, welche durch das Liegen erst recht reif geworden sind, lassen sich in diesem Zustand mehrere Monate erhalhalten. Wenn es vom Baume kommt, ist es gewöhnlich steinhart, grün und von herbem Geschmack. Das Liegen aber färbt es schön gelb, roth, dunkelgrün, und entwickelt einen ungemeinen Saftreichthum bei manchen. Manche werden jedoch auch durch das Liegen nicht roh genießbar, dagegen geben sie gekocht eine erquickende, zuckersaftige, gesunde Speise. Dieses Obst soll mit Anfang November, bevor ihm die Fröste schaden können, eingesammelt werden.

Das Obst ist nicht allein eine gesunde, sondern auch in vielen Uebeln ungemein heilkräftige Kost. Man hat beobachtet, daß gerade in den Jahren, wo Mangel an Obst herrscht, ansteckende Krankheiten sich vermehren. So wird auf den Schiffen durch Mangel an Obst oder frischen Gemüskräutern der schreckliche Scorbut erzeugt, auf dem festen Lande die faulen und gastrischen Fieber. In diesen

und den hitzigen Fiebern ist der Genuß von gekochtem Obst, Obstbrühen, den Kranken nicht allein zuträglich, sogar nöthig. Diese Speisen erfrischen, kühlen, verdünnen und verbessern die verderbten Säfte wie das Blut, sie löschen den Durst, verändern die scharfe kranke Galle in gesunde, öffnen und feuchten die trocknen Gedärme an. Welche herrliche Eigenschaften besitzen sie aber erst in langwierigen Krankheiten, wo sie in Verbindung mit dem Gebrauch des frischen Wassers weit mehr Wunder gewirkt als Paracelsus berühmtes Laudanum oder Hahnemanns homöopathische Streuküchelchen.

Hören Sie noch, meine verehrten Leserinnen, was unser wackrer Zückert über den Genuß des Obstes bereits vor sechzig Jahren urtheilte:

„Reifes Obst, welches von feinem etwa auf der Oberfläche sitzendem Mehlthau, Staub oder Insektenthierchen gereinigt und mäßig gegessen wird, schadet keinem Menschen.“ Ich setze hinzu, bei dickschaaligem Obst ist es gut diese Schaalen zu entfernen, also Aepfel, Birnen dergestalt zu essen. „Sein unmäßiger Genuß kann Bauchgrimmen, starke Blähungskrämpfe und Durchfälle, niemals aber die Ruhr hervorbringen. Vielmehr ist es in der letzten Krankheit eine wahre Arznei. Daß unreifes Obst schädlich sei, weiß Jedermann. Je schwächer der Magen ist, je mehr man zu Blähungen und Gedärmkrämpfen geneigt ist, desto mehr Ursache hat man, recht mäßig und sparsam im Obstessen zu sein.“ Nur kann es hier auch zur Cur dienen, und diese Uebel sogar heben durch einen vorsichtigen und bis zu einem gewissen Grad gesteigerten Genuß. „Denn das Obst gährt in einem schwachen mit saurem Schleim erfüllten Magen, und wird darin zu einem sauren essigscharfen Saft, der die empfindlichen Nerven des Magens und des Zwerchfells beunruhigt. Da auch das Obst viel Luft in sich hat, so er=

zeugt es bei schwachen Verdauungskräften viel beschwerliche Blähungen. Diese Unbequemlichkeiten, welche der Genuß des Obstes nicht selten mit sich führt, sind Schuld, daß man die Obstcuren bei vielen Kranken unterlassen muß, die nur da heilsam wirken, wo der Magen gut ist, oder wo ein Durchfall und die Ausleerung der Gedärme von einem galligt faulen Schleimlager den Weg zur Genesung bahnt." Ich bitte meine geehrten Leser, das nachzusehen, was später über den Gebrauch des Trinkwassers gesagt wird. „Vorsichtige Aerzte erwägen vorerst, und insbesondere bei Schwindsuchten und Nervenkrankheiten, die Beschaffenheit des Magens ihrer Kranken, ehe sie ihnen das Obst empfehlen. Denn hier hat man Ursache Alles zu scheuen, was einen die wenigen Kräfte vollends zerstörenden Durchfall erregen, oder was durch Aufblähung des Magens die ohnehin schon beschwerliche Engbrüstigkeit und den marternden Husten vermehren könnte. Im gedunsenen Zustande des Körpers, bei wässerigen Geschwulsten und bei schleimiger Beschaffenheit des Blutes, muß man das wässerige und mehlige Obst wenig und selten genießen. Denn solches vermehrt die Erschlaffung der Fasern und die Anhäufung der Feuchtigkeiten. Dagegen sind in diesen Fällen die austrocknenden und zusammenziehenden herben Früchte eine gute Arznei."

„Rohes Obst erkältet leicht den Magen, bläht leicht den Magen, und sein Saft gährt bald darin." Am besten ißt man es nüchtern, wenn der Magen alle seine Kraft darauf verwenden, die daraus entbundene Luft wegtreiben, und es, ehe es gährt, aus den Eingeweiden wegschaffen kann. Gekochtes Obst bläht weniger und ist leichter verdaulich. Getrocknetes und gebackenes Obst ist auch gesund, und weniger blähend, wenn es vorher geschält worden ist; es nährt und erquickt aber weniger, weil es nicht so saftvoll ist; es ist auch etwas schwerer zu verdauen.

Die Vermischung des Obstes mit Bier oder Milch können nur wenige ertragen, und ist ganz unpassend. Der Wein aber befördert die Verdauung des Obstes. Das mit Zucker und Honig eingemachte Obst löst mehr auf und nährt mehr; es ist sehr herzstärkend, aber auch in einem unreinen Magen sehr blähend und zur Gährung sehr geneigt. Das mit Essig und Gewürzen eingemachte Obst ist erhitzend und austrocknend.“

Capitel 18.

Schwachnährende Kräuter und Gemüse. a) Süße und säuerliche.

1) Die Petersilie. Die Wurzeln dieser Pflanze sind süß, scharf und gewürzhaft. Das Kraut dient als Gewürz und Gemüse, und hat bald glatte, bald krause Blätter, die gleiche Eigenschaften haben. Der Saame ist Urin treibend und etwas erhitzend. Es gibt eine Art Schierling, dessen Blätter den Petersilienblättern sehr ähnlich sind, die Hundspetersilie oder Gleiße, **Aethusa Cynapium**. Sie ist bekanntlich ein heftiges Gift, und es sind schon häufig durch Verwechslung mit der wahren Petersilie Unglücksfälle passirt. Die Hundspetersilie unterscheidet sich aber durch die kleinere Wurzel, welche gerieben einen schwachen aber unangenehmen Geruch hat, die Blätter sind glänzender und dunkelgrün, und unmittelbar unter der kleinen Blumendolde auf einer Seite sitzen drei lange, spitzige und umgebogene Hüllenblättchen, die von den übrigen Blättern in der Form sehr verschieden sind. — Die Petersilie ist ein sehr gesundes Gemüse, und ein ganz unschädliches Gewürz in gesunden und kranken Tagen.

2) Spargel. Eine sehr schätzbare Frühjahrsspeise.

In dieser Jahreszeit kommen die jungen Sprößlinge der Spargelpflanze zum Vorschein, und sind entweder weiß oder grau, und schmecken bitterlich-süß. Sonderbar ist es, daß in Süddeutschland der grüne Spargel süß und die Mehrheit des weißen Spargel bitter ist, während umgekehrt in Norddeutschland der weiße Spargel dem grünen vorgezogen wird, weil letzterer einen viel bitterern Geschmack hat. Es ist sicher, daß der Spargel wirklich sehr gute Heilkräfte besitze. Er ist blutreinigend, eröffnend, und da er auf den Urin wirkt, so ist die Ansicht keineswegs fabelhaft, daß er den Grieß und kleine Steine aus der Harnblase fortschaffen könne. Die salzig-auflösenden Stoffe, welche sich aber nur in den Schößlingen und nicht in der Wurzel befinden, verändern den Geruch des Urins, und machen ihn wahrhaft stinkend, während andere Pflanzenstoffe den eigenen Geruch dem Harn unverändert mittheilen. Gleichwohl verrathen die frisch gebrochnen Schößlinge weder gerieben noch gekocht einen auch nur ähnlichen Geruch; daher vermuthet Zückert mit Recht, daß der Spargel viel Unreinigkeiten unserer Säfte durch die Harnwege entferne. Wenn diese Schossen anfangen in die Pflanze überzugehen und mehr als einen Zoll über die Erde kommen, verlieren sie diese Eigenschaften, welche auch zu der Sage Veranlassung gegeben haben mögen, der Spargel sei Ursache des Podagra, Hämorrhoiden, Blutharnen und anderer Uebel, die von Bössaftigkeit herrühren. So viel kann ich meinen Lesern versichern, daß ich und meine Bekannten und Kollegen niemals solche Folgen nach dem Genusse des Spargels beobachtet haben. Diese Sündenböcke haben andere Ursachen, welchen wir uns öfter aussetzen: die hitzigen Getränke und gewürzten Speisen. Wer alle Tage Spargel, mit einer Rahmbrühe mit Vanille u. dergl. gewürzt, verzehrt, wird freilich dergleichen

Folgen nach dem Spargelessen verspüren. Selbst das läugne ich, daß er obengenannte Krankheiten verschlimmern könne.

3) Die Kohlarten. Sie haben die Beschaffenheit zu blähen, und das Wasser, womit sie gekocht werden, übelriechend zu machen. Die Nahrhaftigkeit des Kohls ist sehr gering, und die meiste haben die Strüncke, welche aber zugleich auch die vielen Blähungen verursachen. Mager gekochter junger Kohl ist leicht verdaulich und gesund.

a) Der Braunkohl, Rothkohl. Durchs Frieren wird er süß. Er hat eine abführende, auflösende, zertheilende und lindernde Kraft. Die zarten Sprossen, welche im März an den Strüncken hervorkommen, Sprossenkohl, sind am wohlschmeckendsten, gesündesten und ebenfalls gelinde abführend.

b) Der Weißkohl. Schwerer verdaulich und blähender als der Braunkohl. Wenn seine Köpfe mit Essig eingemacht werden, heißt er Süßkraut, wenn man ihn in saure Gährung versetzt Sauerkraut, Sauerkohl, Schaafkohl. Letztere Zubereitung macht ihn zu einer Arznei in vielen Uebeln, die von einem zur Entmischung oder Zersetzung geneigten Blut entstehen.

c) Der Savoyer-Wersich- oder Wirsingkohl. Ist eine zarte, gesunde, leichtverdauliche und wenigblähende Speise, die Kranken, welche keinen allzuempfindlichen Magen haben, sehr wohl zu erlauben ist.

d) Blumenkohl, Cariol, Carfiol, Käskohl. Noch zarter und wohlschmeckender als der Wirsing, vorzüglich die Krone, welche eines der schmackhaftesten Essen abgibt. Die Stengel geben zwar mehr Nahrung, aber blähen auch mehr. Der italienische Blumenkohl heißt Brocoli. In Bamberg und Erfurt baut man ihn in großer Menge und von der vorzüglichsten Beschaffenheit. Man theilt ihn ein in: **A.** den neapolitanischen Blumenkohl, mit weißen

Köpfen, und dem unsrigen sehr ähnlich; B. den römischen Blumenkohl mit großen purpurrothen Köpfen, die büschelförmig neben einander sitzen. Er ist im Geschmack der beste, und hat Aehnlichkeit mit dem Spargel; deßhalb nennt man ihn auch italienischen Spargel; C. der braune oder schwarze Blumenkohl, von dem man nur das Herz und die Stengel zu essen pflegt.

e) Der Blaukohl. Ebenfalls zum Gemüse verkocht oder als Krautsalat, der etwas schwer verdaulich ist.

4) Der Spinat, Binetsch, Grünkraut, Epinar. Die Blätter sind fast geschmacklos, und machen das Wasser erst nach längerem Kochen süß, ohne es zu färben. Sie besitzen einige salzige Bestandtheile, welche erweichen und gelinde abführen, sind leicht verdaulich und gesund.

5) Melde, weiße oder türkische Gartenmelde. Sie wird wie die Spinatblätter benützt und führt ab.

6) Die Artischocke. Artichaud. Man hat zweierlei Arten. Die erste hat stachlige Blätter, eirunde Früchte oder Häupter, deren Schuppenblätter schmal, grün und auswärts gebogen sind. Dieses ist die gewöhnliche, grüne, stachlige oder französische Artischocke. Die andere Art hat Blätter ohne Stacheln, eine große, kugelrunde Frucht und breite, dicht aufeinander liegende, und am Ende einwärts gebogene Schuppen von brauner Farbe. Sie ist die große englische Artischocke oder gemeine glatte Artischocke. Sie kommt am meisten auf unsern Tisch, weil ihr Stuhl oder Boden am fleischigsten ist. Bei ihrer Zubereitung schneidet man den Stiel und die Spitzen an den Blättern, wie auch das inwendige Zeug, woran der Stiel gestanden, als uneßbar weg. Man hält sie für zart und leichtverdaulich; wenn sie aber das sein sollen, muß man nur simple Brühen daran thun. Einige Aerzte behaupten, daß die Artischocken

den Urin treiben, und denselben trüb und stinkend machen; andere läugnen diese Wirkung.

Die Cardona oder spanische Artischocke ist nicht viel von den gemeinen Artischocken unterschieden. Man genießt aber nur die Rippen der Blätter und zarten Stengel, gesotten oder als Salat. (Zückert.)

7) Die Malven oder Pappeln. Sie gehören mehr in die Blumen= als Fruchtgärten. Die Blätter sind ohne Geschmack oder Geruch, und wurden vorzüglich von den Alten als Gemüse geschätzt. Sie sind leicht verdaulich, sanft abführend und zertheilend, können daher die Stelle des Spinats vertreten.

8) Indianischer Rohr= oder Blumenbaum. Von dieser Pflanze kommen die jungen Schößlinge in Essig und Salzwasser eingemacht unter dem Namen Atsjaar als Leckerbissen zu uns, und geben eine scharfe, dem Gesunden nicht zu empfehlende und dem Kranken verbotene Speise, trotz der vorgeblichen Tugenden.

b) Süßbitterliche Kräuter.

Sie spielen in der Krankenküche eine wichtige Rolle, und das mit Recht; obschon sie von den Aerzten nicht selten vernachlässigt oder wohl gar verachtet werden. Allein die Mehrzahl von ihnen hat so feine und doch auf den Körper so tief einwirkende Kräfte, welche oft mehr thun, als jahrelanges Mediciniren, wobei der Apotheker reich, der Arzt berühmt, der Kranke arm und siech wird. Das Volk läßt in der Regel dem unbeachtet weggeworfenen Nützlichen und Heilsamen mehr Gerechtigkeit angedeihen; so auch hier. So mancher Scharfrichter, so manches alte Weib oder simpler Bauer, hat mit diesen bittersüßen Kräutern Menschen geheilt, an denen bereits eine ganze medicinische Fakultät zu Schanden geworden war. Die alten Aerzte, welche von Chinin, Jodin, Tanin, und wie diese

heilenden Präparate immer heißen, nichts wußten, waren auf Anwendung dieser Kräuter bei weitem mehr bedacht. Sie verschmähten nicht vom Volke zu lernen, weil sie sich noch nicht so hoch über dasselbe gestellt hatten. — Heut zu Tage wiederfährt meinen Günstlingen höchstens die Gnade zu einer Kräuterkur ausgepreßt zu werden. Dieß veranlaßt mich zugleich von der Ursache zu sprechen, warum die Aerzte sie im Grund so sehr vernachlässigen. Diese feinen aromatischen Bestandtheile, welche sie besitzen, die das gewöhnliche chemische Extrahiren oder Ausziehen völlig vernichten muß, vermögen, wenn sie vorsichtig ausgezogen oder mit den Pflanzen selbst in den Körper gelangen, keine so auffallenden und plötzlichen Wirkungen hervorzubringen, wie man in der Regel erwartet. Der Feind, den sie zu bekämpfen haben, ist ihnen an Stärke entweder gleich oder wohl gar überlegen. Nur Schritt um Schritt können sie den Sieg erringen und verlangen, um ihm nicht zu unterliegen, stets neue Unterstützung. Diese glaubt man nur durch mineralische und die stärksten Pflanzenmittel zu geben, und so statt den allgemeinen Feind zu unterdrücken, verleiht man ihm neue Waffen. Zuletzt wird erst Patient und dann der Doktor ungeduldig, man wirft das Mittel als unbrauchbar bei Seite, während man es doch nur nicht richtig zu gebrauchen verstand. Nach dieser kurzen Lobrede auf diese Pflanzenstoffe ist es aber auch billig zu sagen, durch welche Tugenden sie dieselbe verdienen. Sehr nährend sind sie eben nicht, aber desto mehr erquickend, stärkend und reizend für den Körper. Ihre feinen, gewürzigen, balsamischen, aromatischen, flüchtigen Stoffe sind im Stande, alle Gewebe und Organe des Körpers zu durchdringen, und daher nicht allein in die Säftemasse überzugehen, sondern auch in die festen Theile zu dringen, und die wohlthätigsten Veränderungen hervorzubringen. Sie stärken und kräftigen

die erschlafften Gefässe und Muskelfasern, heben die Verstopfung der kleinen Haargefässe, welche das Blut nicht den größeren Adern regelmäßig zuführten; sie erregen gelinde Schweiße, wirken auf die Harnwege und führen dadurch eine Menge krankhafter Stoffe aus.

Gerade da, wo der Mensch am schrecklichsten das Unglück fühlt, krank zu sein, in langwierigen Uebeln, wie Gicht, Asthma, Hysterie und Hypochondrie, wo eine geregelte Lebensordnung und eine strenge Diät allein vermögen, eine gründliche Heilung zu bewirken, wo alle erhitzenden Speisen und Getränke sorgfältig gemieden werden sollen, da ist es, wo diese Kräuter an ihrer Stelle sind. Sie als Speisen, das frische, klare Quellwasser als Getränk, dabei Luft und Bewegung, dieses sind die vier spezifischen Heilmittel gegen solche Krankheiten.

1) Cichorie. Wegwart. Hindläuft. **Chicorée.** Sie wächst in Deutschland wild, und ist für die Krankenküche besser anwendbar, als die Gartencichorie, die weniger bitter ist, aber auch weniger Arzneikräfte enthält. Die Wurzel hat ein süßes Fleisch und bitteres Mark, welches man herausschneidet, wenn die Wurzel zur Speise dienen soll. Das Kraut, was jung ein vorzügliches Gemüse gibt, läßt sich durch eine sehr einfache Methode den ganzen Winter hindurch frisch haben. Man nehme ein Fäßchen, und fülle es im Herbst halb mit guter Gartenerde, halb mit feinem Flußsand, bohre an verschiedenen Stellen Löcher von der Größe eines Mannsdaumens in dasselbe, und lege in die Erde Cichorienwurzeln, so daß vor jedem Loch ein Keim von einer Wurzel zu liegen kömmt. Dann kommt ein Deckel auf das Gefäß, der sich wegnehmen läßt, um die Erde von Zeit zu Zeit mit Wasser bespritzen zu können, und wenn man frisches Kraut haben will, setzt man das Faß an einen mäßig warmen Ort, und alsbald treiben

zarte Sprossen zu den Löchern heraus, die abgeschnitten immer wieder nachwachsen.

Welche vorzügliche Arzneikräfte diese Pflanze besitze, darüber ist bei den älteren Aerzten nur Eine Stimme. So sagt Zückert: „Die Eichorienwurzel ist eine vortreffliche Arznei, die desto schätzbarer ist, da sie gelinde und ohne sonderliche Reize wirkt. Sie hat ungemein eröffnende, reinigende, schleimzertheilende und gelinde stärkende Kräfte. Darum gibt man sie gern in Verschleimungen der Brust und in den von schleimigten Verstopfungen herrührenden Krankheiten der Leber, Milz und Nieren. Am besten läßt sie sich in Suppen und Tränken brauchen. Für Brustkrankheiten hat man sie trocken mit Zucker überzogen.“ Unzer drückt sich so aus: „Obgleich die Eichorien die Tugend nicht besitzen, die ihnen vermuthlich ein altes Weib zuerst zugeschrieben hat, daß man sich damit fest und aller Verwundungen unfähig machen könnte, so ist doch bekannt, daß sie die Aerzte zu den gelindesten Präservationskuren gebrauchen, und die rechten Kenner der Gesundheit werden die Eichorien eben darum gern speisen, weil sie wünschen, daß Alles, was sie genießen, eine Präservationskur für sie sein möge.“

Geoffroy hat lange anhaltende und hartnäckige Fieber durch den Gebrauch des Salats von Eichorienblättern geheilt, und van Swieten Gelbsuchten mit Tränken von der Eichorie vertrieben, welche keinem andern Mittel weichen wollten. Ganz anders sind aber die Wirkungen der Wurzel, wenn sie gebrannt und statt des Kaffees benützt wird. Am geeigneten Orte darüber ein Mehreres, hier nur so viel, daß die wohlthätige Kraft der Pflanze dann in eine verderbliche umgewandelt wird.

2) Endivie. **Chicorée Endive.** Sie gehört gleichfalls in das Geschlecht der Eichorie, und ist ihr an Heilkräften

daher ziemlich gleich, jedoch weniger bitter. Man hat davon folgende Sorten:

1) Die Winterendivie. **Chicorée blanche ou commune.** Mit breiten langen, am Rande etwas eingekerbten Blättern.

2) Schmalblättrige Endivie. **Petite Endive.** Unterscheidet sich von der vorigen nur darin, daß sie weit schmalere Blätter hat und an Geschmack bitterer ist.

3) Krause Endivie. **Chicorée frisée.** Mit größeren, rund gekräuselten und faltigen Blättern.

Diese Arten werden bei uns häufig in den Gärten erzeugt, und ihre Blätter vorzüglich zum Salat benützt, der kühlend und erfrischend ist. Um den Endivien ihren bittern Geschmack mehr zu benehmen, bedeckt man die Pflanze, wenn sie noch im Lande steht und die Blätter vorher mit Bast zusammengebunden worden sind, mit Erde, und um sie weiß zu färben, stürzt man einen Topf darüber, der mit warmem Dünger überschüttet wird. Durch diese Künsteleien verliert jedoch die Pflanze viel von ihren guten Eigenschaften. Besser ist die folgende Art und Weise, um auch während des Winters frische Endivien zu haben. Sobald es zu frieren anfängt, nimmt man sie aus der Erde, verwahrt sie vierzehn Tage an einem trockenen Ort, bis sie ziemlich welk geworden, säubert sie alsdann von allen verfaulten Blättern, bindet sie zu, und pflanzt sie in einem Keller oder Gewächshaus in frischen Sand. Etliche Pflanzen aber legt man zurück an einen Ort, wo sie nicht erfrieren können, etwas voneinander; und wenn die gepflanzten verzehrt sind, nimmt man wieder einen Theil und pflanzt sie in Sand. Auf solche Weise kann man sie bis Ostern haben. Vorzüglich gut und anwendbar sind die Endivien zur Bereitung von Kräuter-Fleischbrühen.

3) Löwenzahn, Pfaffenröhrlein, Taraxakum,

auch **Butterblume**, **Seichblume**, **französischer Salat**, **Pisenlit.** Eine bekannte Arzneipflanze, die ihre heilkräftigen Stoffe am reichsten in den Frühlingsmonaten entwickelt. Die zarten Blätter der Pflanze, welche als Salat dienen, und von bitterlichem Geschmack und mit einer weißen Milch versehen. Die frischen Wurzeln haben ebenfalls solchen Geschmack, getrocknet bekommen sie eine schwärzliche Oberhaut, und darunter ein weißes, süßes Markfleisch. Die noch geschlossenen Blumenknospen lassen sich wie Kapern einmachen. Uebrigens hat die Pflanze leicht abführende, blutreinigende und schleimzertheilende Eigenschaften. Sie kommt zu den Frühjahrspflanzentränken und Kräutersaläten.

4) **Rapunzel**, **Raiponce.** Hat zwei Sorten, welche zwar wild angetroffen, jedoch meistentheils in den Gärten veredelt werden. Sie haben beide längliche schmale Wurzeln, die süßlich schmecken und deren Blätter schmal sind und an der Erde ausgebreitet herumliegen. Ihr Geschmack ist bitter. Die eine Gattung hat gelbliche Blätter und purpurblaue Blumen; diese nennt man Rübenrapunzel. Die andere besitzt schwarzgrüne Blätter und graublaue gedrungene Blumen, wie eine Aehre. Diese heißt Winterrapunzel, wird im Herbst gesät, und läßt sich den ganzen Winter durch halten, wenn er nicht zu hart ist. Man benützt die Wurzeln und Blätter von Beiden zum Salat, zu Suppen und Gemüsen. Im Winter, wenn es viel Fröste gibt, bekommen die Blätter einen noch bitteren Geschmack, als im Frühling, daher brüht man sie vorher mit heißem Wasser. Auch dasselbe thut man mit den Wurzeln, bevor sie zum Salat kommen, die ebenfalls noch nicht Stängel getrieben haben dürfen. Will man die Sommerrapunzel zum Winter aufheben, so werden sie gegen Ende des Herbstes ausgehoben, und nachdem die Blätter, doch ohne Verletzung der

Herzen, dicht abgeschnitten werden, in den Keller gelegt und begossen. Wenn sie nun ihre zarten Blätter hervorzutreiben anfangen, werden sie in dünne Scheiben geschnitten, gekocht, abgebrüht und zum Salat hergerichtet.

5. Boretsch, **Borrache.** Eine weiße, mit sehr vielen Fasern besetzte, klebrige und süße Wurzel, die einen Stängel treibt der rauh, hohl, niedrig und ästig ist. Die Blumen kommen aber aus den Spitzen der Aeste, sind gewöhnlich blau, bisweilen aber weiß oder fleischfarbig, die Blätter sind breit rundlich, dunkelgrün, rauh, etwas kraus und mit sehr zarten Stacheln versehen. Die Pflanze findet sich wildwachsend bei uns, wird aber auch in Gärten gezogen, um die Blätter und Blumen als Salat oder Suppenkräuter zu gebrauchen, da sie eine kühlende und erfrischende Eigenschaft haben. Die jungen Pflanzen haben im Mai, wenn sie hervorkommen, sehr viel Aehnlichkeit mit den Eselsgurken oder wilden Gurken, und müssen daher diejenigen, welche wilden Borretsch suchen, sich hier vor einer Verwechslung hüten, indem die Eselsgurken stark purgiren. Im Frühjahr verwendet man den Borretsch ebenfalls zu den Kräutersäften.

6) Die Nessel, kleine Brennnessel. Sie heißt auch Hedernessel, und wird in dem nördlichen Deutschland und Schweden, so lange sie noch nicht länger als ein Finger ist, als Beigemüse zum Kohl gekocht, in Suppen ꝛc. verbraucht, der frische Saft als Arzneitrank und die trockenen Blätter als Thee verwendet. Ihr Geschmack ist sehr bitter. Man rühmt von dieser Pflanze zertheilende, blutreinigende, urintreibende Eigenschaften.

7) Hopfen, **Houblon.** Es gibt zahmen und wilden. Jener ist an Geruch, Kraft und Wirkung der vorzüglichere. Im März treibt er junge Schößlinge, welche klein, rund, dünn, außen braunroth, innen weiß und später rauh und

stachlig sind. Ihr Geschmack ist etwas bitterlich und gewürzhaft, sonst aber nicht besonders. Man benützt sie zu Salat. Der Hopfenspargel, wie man diese Schößlinge nennt, soll blutreinigende, verdünnende und eröffnende Kräfte besitzen. Besser in manchen Fällen sind wohl Brühen davon für leidende Personen. — Vom Hopfen im Bier beim Getränk.

8) Flieder, Hollunder. Eine herrliche und für alle Kranke wohlthätige Pflanze. Die jungen Sprossen mit dem Spinat gekocht führen leicht ab, abgebrüht und getrocknet benützt man sie zum Salat, welcher in Thüringen als blutreinigend und abführend gleich einer Medicin genossen wird. Doch gehören hier die starken Mägen der thüringischen Landleute dazu, um anhaltende Durchfälle, Erbrechen, Ohnmacht und Brustbeklemmung nicht zu bekommen. Will man ein gelindes Abführungsmittel haben, so koche man die Blüthen in Milch. Der dünne Flieder-Thee, mit Maß getrunken, ist eine lobenswerthe Haus-Arznei, ebenso angenehm wie blutreinigend sind die Suppen von den reifen Beeren.

9) Die Capern, franz. Capres. Es sind die noch nicht aufgebrochenen Blumenknospen der in Südeuropa wildwachsenden Capernstaude, welche im Essig oder Salzwasser eingemacht zu uns kommen, von bitterlichem Geschmack sind und als Zusatz zu Brühen oder als Salat dienen. Kranken ist letzterer nicht geeignet.

10) Bachbungen, Bachbohnen, Wassergauchheil, Wasserbungen, Berle. Es gibt große und kleine, deren Blätter zu einerlei Zweck verwendet werden, und in der Güte keinen Unterschied haben. Sie sind breit, rund, dick, saftig und fett, glatt, dunkelgrün; übrigens geruchlos und von bitterlichem Geschmack. Man kann sie

als blutreinigend dem Salat, Gemüse, und den ausgepreßten Saft den Kräutertränken beimischen.

11) Gartensalat, Lattich, Letsche, **Laitul**. Man hat eine Menge Arten desselben. Die gebräuchlichsten sind: der Kopfsalat, **Laitul Pommée**, mit breiten, runden, nach Oben sich schließenden und eine kugelförmige Gestalt bildenden Blättern, und der welsche Salat, **Chicon**, mit mehr länglichrunden, sich in der Mitte schließenden Blättern. Die Blätter ünd Stängel enthalten einen weißen Saft, der bei den jungen Pflanzen süßlich, bei den geschoßteren bitter ist. Er gehört zu denjenigen Pflanzen, welche eine schlafmachende Eigenschaft besitzen. Uebrigens ist er kühlend und erfrischend, vielen Kranken als Salat wohl zu erlauben, als Gemüse aber nicht wohlschmeckend genug.

12) Kerbel, **Cerfueil**. Eine beliebte Gemüsegattung mit langen ovalen, spitzig endenden dunkelgrünen Blättern. Sie werden entweder allein oder mit dem Kohl zum Hühner- und Lammfleisch gekocht, haben einen gewürzhaften Geruch, bitterlich angenehmen Geschmack, sind eröffnend, blutreinigend, urintreibend, krampfstillend und etwas erhitzend. Der spanische Kerbel, den man selten als Gemüse mehr als Salat anwendet, ist gewürzhafter und gibt noch besseres Zugemüse. Der Saft der Kerbelblätter kommt in die Kräutertränke. Der Kerbel, welcher zu Jakobi gesät wird, geht so spät auf, daß er die Küche den ganzen Winter und das Frühjahr hindurch mit frischem Gemüse versorgen kann.

Capitel 19.

Schwachnährende Obstsorten. a) Birnen, süße.

Es gibt eine Menge Arten derselben; bevor wir aber die vorzüglichsten davon und ihre Eigenschaften kennen

lernen, ist es nöthig, dasjenige, was fast allen Sorten eigenthümlich ist, vorzubringen, um unnöthige Wiederholungen zu vermeiden. Die Stammmutter aller Birnen, die Holzbirne, gehört zu den herben Früchten und wird dort zu finden sein. An der Reichhaltigkeit des Zuckerstoffs sind die Birnen sehr verschieden; wenn derselbe sich gehörig entwickelt hat, so ist die Birne reif. Zu dieser Eigenschaft gesellt sich dann noch die der mehr oder minderen Gewürzhaftigkeit. — Anfangs sind alle Birnen grün, und gehen, je mehr sie sich der Reife nähern, ins Gelbliche oder Weißliche über, was bei manchen mit Roth vermischt ist. Andere bleiben grün, und färben sich nur dunkler, andere rostfarben, was die Franzosen **gris** nennen. Das Fleisch oder Mark der Birnen enthält grießige Körner, weniger oder mehr; ebenso verhält es sich mit dem Saft, und darnach gibt man dann die Eigenschaftsworte: s t e i n i g t, **pierreuse**; s c h m e l z e n d oder z e r f l i e ß e n d, **beurée, fondante**; t r o c k e n, **sec**; f e s t, **ferme**, wenn es den Zähnen schwer wird, die Substanz zu trennen, und der Grieß durch Fäserchen untereinander verbunden ist; m e h l i g, g e l s t e r, b r ü c h i g, **cassant**, wenn das Fleisch sich zerbröckeln läßt; oder s t o c k i g, **cotoneuse**, wenn die durch das Fleisch laufenden Adern, wie bei einer stockigen Wurzel erscheinen. **Moll** oder t e i g i g heißen die Birnen, wenn die weinige Gährung begonnen und dadurch sich Farbe und Geschmack verändert haben, zugleich ist dieses oder das Mehligwerden bei den Sommerbirnen ein Zeichen der Ueberreife. Die Winterbirnen werden stockig und faul.

Das M a r k, **le coeur**, ist derjenige innere Theil, welcher die Kernkammer umgibt und in dieselben übergeht. Es enthält wenig Fleisch, aber mehr Grieß von gröberem Korn, und hat einen herben Geschmack.

Der Geschmack einer guten, vollkommen reifen Birne

ist süß und gelinde zusammenziehend. Die sauern, herben sind weniger in Ansehen, jedoch bekommen sie häufig durch das Kochen eine wirkliche Zuckersüße. Bei denen aber, welche frisch vom Baume gespeist werden, kann natürlich nur der angenehme Geschmack und Geruch in Anschlag kommen. Die äußere Schaale der Birne ist zusammenziehend, ungesund und schwer verdaulich, deßgleichen die Kerne und der Grieß. Erstere enthalten eine geringe Menge Blausäure, was sie ähnlich im Geschmack mit den bittern Mandeln macht.

Die Zeitigung oder Reife dieser Früchte ist bei den einzelnen Arten verschieden; jedoch wird jede Sorte alle Jahre um ein und dieselbe Zeit reif. Wenn man aber die Lage des Baumes verändert, und ihn an einen heißen und trockenen, oder schattigen und feuchten Ort versetzt, so zeitigen seine Früchte im ersten Fall acht bis vierzehn Tage früher, im andern später. Naßkalte oder sehr heiße Sommer können ebenfalls die Zeit der Reife verändern. Durch diese Sicherheit, welche man über die Zeitigung der verschiedenen Sorten, versteht sich mit Berücksichtigung der geographischen Lage, erlangt hat, kann man auch genau bestimmen, wann die Birnen zum Pflücken geeignet sind. Was um so wichtiger ist, als es einige Gattungen gibt, welche nur kurze Zeit in dem Zustand der wirklichen Reife bleiben, und bei denen schon die Versäumniß weniger Tage sie schlecht, teig und ungenießbar macht. Immer ist es besser, sie einige Zeit früher, als zu spät abzunehmen, denn wenn sie erst auf dem Lager zeitigen, so halten sie sich länger. Die Winterbirnen hingegen dürfen erst gepflückt werden, wenn sie anfangen abzufallen und ein oder zwei leichte Fröste oder starke Reifen gekommen sind. Bricht man sie vorher, so werden sie welk, schrumpfen zusammen und bekommen ein pelziges Fleisch. Eine genauere Zeit-

bestimmung der Reife der Birnen läßt sich, wie gesagt, bei deren großen Verschiedenheit nicht angeben. Wer einen Obstgarten besitzt, wird hierin schnell die hinlängliche Erfahrung erlangen.

Was die Aufbewahrung dieses Obstes betrifft, so muß diese in trockenen luftigen Gewölben, am besten in Kellern, geschehen. Jede Birne wird vorher mit einem Tuch abgewischt und dann auf Gestelle gelegt, welche aus vier senkrechtstehenden Pfosten bestehen, zwischen denen in der Entfernung von einem Schuh horizontale Stäbe laufen, welche verschiedene Fächer bilden, in denen die Birnen liegen. Das Gestell muß von hartem Holz gearbeitet sein, weil weiches dem Obst einen harzigen Geruch mittheilt. Hier hinein müssen nun die Birnen so gestellt werden, daß sie mit dem Stiele aufwärts stehen und sich gegenseitig nicht berühren. Von Zeit zu Zeit werden die teigen oder faulenden entfernt und frische Luft in das Gewölbe gelassen. Ebenso ist es zu vermeiden, anderes Obst, welches Geruch oder Feuchtigkeit von sich gibt, in ihrer Nähe zu dulden. Sobald es stärker anfängt zu frieren ist Schutz gegen die Kälte, durch bestmöglichste Verwahrung der Kellerlöcher, ebenfalls nöthig. Wir wollen nun die Namen der besten Birnensorten kennen lernen, und bei jeder die Zeit, wenn sie zur Reife zu gelangen pflegt, angeben, damit man wisse, mit welcher derselben die Krankenküche in jedem Monate versehen werden kann. — Die angegebene Zeit ihrer Reife ist nach dem Clima im mittleren Deutschland angenommen.

1) Die Margarethen- oder Frühbirne. **Poire de Marguerite, poire harive.** Sie ist sehr saftig, wird in der Mitte des Julius reif, und hält sich nur wenige Tage.

2) Die kleine Muskatellerbirne, oder Sieben auf ein Maulvoll (in der Volkssprache). **Petit Muscat. Sept en gueule.** Im Geschmack hat sie etwas moschusartiges, wie die ungarische Muskatellertraube. Sie reift im Julius, und ist ebenfalls von kurzer Dauer.

3) Die grüne Muskateller- oder Cassoletbirne. **Muscat verd. Cassolette. Verdette. Friolet.** Ihr Fleisch ist schmelzend, gewürzhaft. Sobald sie ihre volle Zeitigung erlangt hat, wird sie schwarz und beginnt in der Mitte zu faulen, aus welchem Grund sie schnell weggegessen werden muß. Reife in der Hälfte des Augusts.

4) Kleine Wasserbirne. **Petite Moville bouche.** Ihr Fleisch ist schmelzend und voll gewürzhaftem Saft. Reifzeit in der Mitte Augusts.

5) Große Muskatellerbirne. **Figue musquée. Grand Muscat. Muscat rouge. Bellissime.** Ihr Fleisch ist derb-körnig, von süßem und sehr angenehmem Geschmack. Sie reift in der Mitte des Augusts, dauert aber nicht lange, sondern wird bald mehlig.

6) Zuckerbirne. Ambrabirne. Königinbirne. Marcepanbirne. **Poire de la Reine de France. Poire d'Ambre. Muscat Robert. Gros Musqué. La Princesse.** Wird in der Mitte des Augusts vom Baum genommen, und hält sich ziemlich lange. Reich an Saft, der zuckersüß ist, hat aber auch viel Steine.

7) Sommerbergamotte. **Bergamote d'été.** Das Fleisch ist halb butterhaft, schmelzend und brüchig. Hat man die Birne nicht etwas zu früh gebrochen, da sie noch etwas unreif war, so wird sie schnell teigigt. Der Saft hat keinen vorzüglichen Geschmack, aber eine angenehme Säure. Die Frucht ist zu Anfang des Augusts reif.

8) Eierbirne. **Poire d'oeuf. Poire ovale.** Zartkörniges Fleisch, mild, schmelzend, saftig, mit sehr angenehmem, wenig moschusartigem Geschmack. Reift Ende August und dauert drei bis vier Wochen.

9) Frauenschenkel. **Cuisse Madame. Poire de Rives. Poiré de Fufée.** Hat im Fleisch, Saft und Geschmack große Aehnlichkeit mit der Birne gris uur, daß sie frühzeitiger reift und leicht teigig wird.

10) Arerat. Augustmuskatellerbirne. Königsbirne. **Poire royale. Muscat d'Août. Robine. Poire d'Arerat** Ist eine sehr große aber vortreffliche Birne. Sie hat weißes, brüchig-mürbes, vollsaftiges, sehr süßes Fleisch, was zu Ende August und Anfang September reift, später aber teig wird. Sie kann frisch vom Baume gegessen, zum Backen und Kochen benützt werden. Beim Kochen gibt sie einen dicklichen Saft oder Birnensyrup.

11) Die Carmeliter-Citrone, Kaiserin-Mag-

dalenabirne. **Citron des Carmes. St. Madelaine Imperatrice.** Das Fleisch ist mild, schmelzend, saftig, wohlschmeckend, überreif mehlig und unschmackhaft. Sie muß um die Zeit gepflückt werden, wenn sie aus der grünen in die gelbliche Farbe übergeht. Reift im August und dauert bis Oktober.

12) Apotheker-, Malvasir-, Canellebirne. **Bon chretien d'été. Gratiole d'été.** Kein derbes und schmelzendes Fleisch, aber von gewürzhaftem, mildem, zuckersüßem Saft, und der Güte des Bodens nach sehr verschieden. Reift Ende August und dauert nicht lang.

13) **Orange musquée d'été. Orange commune, petit etc.** Derbes saftiges Fleisch, mit Moschusgeschmack. Reife Anfang September, dauert vierundzwanzig bis dreißig Tage.

14) Kleine Blankette, frühe Zuckerbirne, Honigbirne, Perlbirne. **Petit Blanquette. Poire à la perle.** Fleisch körnig, mild-saftig und von angenehmem Geschmack. Reift mit Anfang des Septembers; Dauer drei bis vier Wochen.

15) Herbstbergamote. **Bergamote d'automne.** Das Fleisch ist butterhaft schmelzend und der Saft von lieblichem, zuckersüßem, gewürzhaftem, weinsäuerlichem und sehr erfrischendem Geschmack. Die Zeitigung im Oktober oder Anfang November und noch später. Die grünen sind die besten und die röthlichen öfters unschmackhaft, weil sie insgemein von einem nassen oder kalten Boden roth werden.

16) Weiße Zuckerbirne. **Blanquette a longue queue.** Etwas festes, vollsaftiges, zuckersüßes Fleisch. Um die Mitte Septembers reif, dauert nicht über vierzehn Tage.

17) Birne blank. Weiße Butter-, Herbstcitronenbirne. St. Michaels-Schneebirne. **Beurré blanc etc.** Das Fleisch ist butterhaft, in trockenen Jahren von gewürzigem Geruch, wenn es nicht überreif. Ist der Sommer naß, so verliert sie diese Eigenschaft und ist nun schmalzig. Der Geschmack ist sonst süß, hat man aber vorher von der Birne gris gegessen, so scheint sie wässerig. Sie hält sich nur kurze Zeit, reift im Oktober.

18) **Beurré gris** oder **verd.** Birne gris, graue oder grüne Butterbirne. **Poire de Vendome.** Eine der allervorzüglichsten Birnen. Das Fleisch ist weißgelb, fein, schmelzend, sehr butterhaft. Der Saft ist in großem

Ueberfluß vorhanden, zuckersüß und mit einer feinen angenehmen Säure vermischt. Ihre Reife, wo sie gepflückt werden muß, ist zu Ende September oder Anfang Oktober. Nach etwa vierzehn Tagen ist sie völlig reif, geht dann aber auch sehr schnell in Fäulniß über.

19) **Rousselet de Rheims. Gros Rousselet.** Kommt im September vom Baume, und wird durch das Liegen gelb. Das Fleisch ist mürbe, brüchig und süßhaftig. Die besten, größten und schmackhaftesten wachsen um Rheims in der Champagne, wo sie häufig gedörrt, auch in Zucker eingemacht, und weit versendet werden.

20) Frühe Rousselet. **Rousselet hatif. Fleur de Guigne.** Ihr Fleisch ist zart, etwas körnig und von angenehmem feinem Geschmack.

21) Herbstmuskat mit langem Stiel. Blühende Muskate. **Muscat fleuri. Muscat à longue queue.** Eine vortreffliche Birne. Sehr feines und angenehmes Fleisch. Reift in der Mitte Oktobers.

22) Herbstbonchretien-, Herbstsafranbirne. **Bonchretien d'Automne ou d'Espagne. Gratiole d'Automne.** Ihr Fleisch ist halb brüchig, halb mild, dabei saftig, und reif von sehr angenehmem gewürzhaftem Geschmack. Sie verträgt nicht jeden Boden. In einem schweren, fetten, leimigen Boden wird sie schlecht und unschmackhaft. Sie reift in der Mitte Oktobers und dauert bis zum Februar.

23) Herbstzuckerbirne. Grüne Zucker-, St. Nicolausbirne. **Blanquette d'Automne. Sucre verd.** Sie ist von sehr mürbem, saftigem, zuckersüßem Fleisch, wird im Oktober reif und dauert bis in den December.

24) **Amadote.** Das Fleisch hat einen vorzüglich angenehmen Geschmack, und wird daher diese Birne für die beste unter den Wintersorten gehalten. Reift Ende November und dauert bis gegen den Februar.

25) **Ambrette.** Das Fleisch ist durch und durch grün, steinig aber saftreich, und süßem angenehmem Geschmack. Sie wird im Oktober reif und dauert bis Weihnacht.

26) Pfalzgräfler. Einige sind roth, andere weiß. Die ersteren sind besser. Das Fleisch beider ist etwas fest, steinig, der Saft süß aromatisch-muskatellerhaft. Reift und dauert nur in dem Oktobermonat.

27) Schmalzbirne. Aehnelt der **Beurré gris** sehr. Das Fleisch weißgelb, mild, weich, zart, schmelzend. Sie ist sehr saftreich und moschusartig, süß aber wenig pikant.

Ihre Zeitigung füllt in die letzte Hälfte des Septembers, da sie dann vom Baume genommen und in wenig Tagen reif und eßbar ist. Jedoch schon nach acht Tagen wird sie auf dem Lager teig. In der Küche läßt sie sich sehr gut benützen zu Dörrbirnen und Birnenmus.

28) Platte Butterbirne. **Crassane. Beurré plat.** Das Fleisch ist weiß, sehr schmelzend und butterhaft, wird auch nicht teigigt. Der Saft ist zuckersüß und reichlich, von gewürzhaftem, lieblichem Geschmack, nebst einiger Schärfe. Ihre Zeitigung ist im Anfang Oktober; sie erfordert aber einen Monat Frist zum Nachreifen, ehe sie weich und schmackhaft wird. Alsdann dauert sie noch bis zum halben December.

29) Winterdornbirne. **Epine d'Hiver. Merveille d'Hiver.** Das Fleisch ist mild, grün, schmelzend, saftig, und von sehr lieblichem, bei trockener Jahreszeit ungemein aromatischem Geschmack, doch etwas steinig. Sie wird im November reif, hält sich über zwei Monate.

30) **Mession Jean gris et d'ore.** Das Fleisch derbkörnig, saftig und von lieblich zuckerhaftem Geschmack. Sie wird zu Ende des Oktobers abgenommen, und hält sich bis in das andere Jahr.

31) Glasbirne. Eisbirne. **Virgoulée. Virgouleuse. Chambrette. Bozaleur. Poire de glace.** Das Fleisch ist zart butterhaft, schmelzend, vollsaftig und von zuckersüßem angenehmem Geschmack. Sie reift im November, December und Januar.

32) **Saint Germain.** Sehr butterhaftes schmelzendes Fleisch, aber steinig. Der Saft ist im Ueberfluß vorhanden und besitzt eine weinartige Säure. Sie wird niemals überweich oder teig, sondern bleibt drei Monate eßbar. Sie reift im November und December, und dauert, wenn man sie grün abgebrochen hat, bis in den März.

33) **Dauphine. Laurac. Franchipane d'Automne. Lichefroin. Poire de Satin.** Das Fleisch ist gelb, zart und zerfließend, von zuckersüßem und etwas aromatischem Geschmack. Sie wird im Anfang des Novembers reif, und dauert fast einen Monat.

34) Winter-Citrone. **Citron d'Hiver.** Fleisch trocken und steinig, aber gut zum Kochen und Dünsten. Vom December bis Ende des Märzmonats.

35) Colmarbirne. Späte Bergamotte. Flaschen-

birne. Mannabirne. **Poire de Manna. Colmar. Bergamotte tardive.** Das Fleisch ist etwas gelblich, sehr fein, butterhaft, schmelzend, ohne Stein, von köstlichem und zuckersüßem Saft. Die Zeit ihrer Reife ist vom Januar bis zum April.

36) Lange grüne Winterbirne. Jagdbirne. **Verte longue d'Hiver. Poire de Chassery.** Das Fleisch ist überaus zart und schmelzend, hält sich lange, indem es in der Reife wohl zwei Monate dauert, ohne zu teigen oder zu faulen. Der Saft ist zuckersüß-aromatisch. Die Zeit ihrer Reife und Eßbarkeit fällt in den December.

37) **Chaumontel. Beurré d'Hiver.** Das Fleisch ist brüchig, doch sehr wohlschmeckend. Der Baum trägt in Deutschland nur wenig Früchte. Da sie vom März bis in den Juni gut zu essen ist, so wird sie auch unter allen späten Birnensorten für die beste gehalten.

38) Deutsche Muskateller. **Muscat d'Allemagne.** Das Fleisch ist schmelzend und der Geschmack gewürzhaft. Sie ist vom März bis Mai gut zu essen.

Bei dem Genusse der Birnen, wenn sie wohl gedeihen, nicht blähen und verstopfen sollen, ist das streng zu beobachten: man esse sie nie ungeschält, und werfe das Mark mit der Kernkammer weg. Für schwer Kranke sind die gekochten und gedämpften Birnen eine der empfehlenswerthesten Speisen. Diejenigen, welche noch am wohlschmeckendsten sind, und die wir Tafelbirnen nennen, sind in der Küche nicht so tauglich, sie haben nicht festes Fleisch genug und zerfließen. Im Kochen und im Backen lassen sie den Saft, so daß nur die Steine zurückbleiben. Daher wählt man zum Kochen große Birnen, welche etwas zähe und nicht saftlos sind; dahin gehören:

39) Der Hasenkopf. Roh sehr herbsaftiges Fleisch, das jedoch durch längeres Liegen süßsäuerlich wird, aber immer sehr steinig bleibt. Zum Kochen jedoch taugt es vortrefflich, nur muß es, wie bei allen Birnen nicht zu schnell geschehen. Durch langsames Kochen werden sie röthlich und überaus wohlschmeckend.

Die herben Birnen, welche sich zum Kochen am besten eignen, werden wir weiter unten kennen lernen. Zum Backen schicken sich die zum Kochen dienlichen nicht, sondern die mit süßem Saft, deren Fleisch nicht zu butterhaft aber doch schmelzend ist, wie z. B. die deutsche Bergamotte, die Birne blank. Die vorzüglichsten Backbirnen erhält man,

wenn man die dazu bestimmten Sorten nicht zu früh verbäckt, sonst erhalten sie keine Süßigkeit, und nicht wenn sie schon teig zu werden anfangen, weil dann der Saft im Backen abfließt; aus demselben Grund muß auch die Hitze nur allmählig verstärkt werden. Gute gebackene Früchte sollen hellbraun, fleischig, leicht zu zerbeißen oder zerreißen und dabei von angenehm süßem Geschmack sein. Wenn sie aber gekocht sind, sollen sie aufgeschwollen, nicht verbrannt oder räucherig sein, auf der Zunge sich zerdrücken lassen, und angenehm süßen Geschmack haben. Hingegen die, welche runzlich, schwarzbranstig, ohne Geschmack, zähe und trocken sind, geben weder für Gesunde noch Kranke ein gutes, verdauliches Gericht. Die Getränke, welche aus dieser Frucht gemacht werden, gehören in ein anderes Kapitel.

b) Süße Aepfel.

Die Aepfel kann man mit Recht nach ihrem Geschmack in drei Gattungen: süße, säuerliche und herbe, eintheilen. Die süßen Aepfel enthalten bei weitem weniger Saft wie die Birnen, haben mehr mehlige und wässerige Bestandtheile. Ihre Süßigkeit empfangen sie nur dann erst, nachdem sie vollkommen reif geworden sind, doch erhalten sie auch dann für Kranke nie das Erquickende und Herzstärkende, wie die weinsäuerlichen, welche daher vielen Vorzug haben. Erstere sind auch mehr blähend, und man benützt sie am liebsten da, wo die säuerlichen nicht gut vertragen werden, als roh, gekocht und gebacken oder gebraten.

1) Augustapfel. Ostapfel. Von mildem Fleisch, saftreich und wohlschmeckend, hält sich aber nicht länger als vierzehn Tage, wo er mehlig und abgeschmackt wird.

2) **Passe pomme rouge.** Rother Süßapfel. Das Fleisch ist weiß und von sehr angenehmem Geschmack. Er wird im August reif, aber leicht mehlig.

3) Der Violenapfel. **Violette.** Das Fleisch zergeht im Munde, ist fein und leckerhaft, um die Krone herum grünlich, im übrigen sehr schwach rosenroth. Der Saft ist zuckersüß, und hat etwas vom Violengeruch. Er ist einer der besten Aepfel, der im Oktober reif wird, und bis Weihnachten dauert, ja sogar bis in Mai. Uebrigens kann man ihn schon frisch vom Baume essen.

4) Erdbeerapfel. Er kommt mit dem vorigen in allen guten Eigenschaften überein, und hat einen süßen erdbeerartigen Geschmack. Reift im Oktober und dauert durch den ganzen Winter.

5) Grauer Fenchel: oder Anisapfel. **Fenouillet gris. Anis.** Der Saft ist gezuckert und riecht nach Anis oder Fenchel, wenn die Frucht so zeitig ist, daß sie anfängt welk zu werden. Er fängt an im December zu reifen, und hält sich bis in den Hornung.

6) Der Muskatellerapfel. **Fenouillet rouge. Bardin. Courpendo.** Das Fleisch ist auch fest, und von mehr gezuckertem lieblichem Geschmack, der in warmem, leichtem Boden etwas muskatellerartiges bekommt. Er hält sich lange, und dauert in manchen Jahren bis zu Ende Hornungs.

7) Der Goldapfel. **Drap d'or. Fenouillet jaune.** Das Fleisch ist weiß, fest, ohne Mark, und delikater als vom grauen Fenouillet. Daher hält man auch diesen Apfel für einen der vorzüglichsten, nur dauert er nicht lange über den November hinaus. Er wird mehlig, sobald der Punkt seiner Zeitigung vorbei ist.

8) **Pomme d'Api.** Knackapfel. Das Fleisch ist sehr fein, fest, meist knackend, ohne Geruch und dem Welken nicht unterworfen. Der Saft ist süß, frisch, angenehm. Der Apfel fängt im December an zu reifen, und hält sich zuweilen bis Mitte Mai. Der schwarze und die übrigen Sorten vom Api sind schlechter, als der beschriebene. Außerdem gibt es noch mehrere Arten süßer Aepfel, z. B. der Gelb- oder Gehlapfel, die mehrentheils ein mehliges Fleisch haben. — Ueber die Aufbewahrung der Aepfel siehe die weinsäuerlichen.

c) Musa oder Pisang.

Diese Südfrucht wird bei uns in den Treibhäusern gezogen, und reiche Leute kaufen sie als Leckerbissen. Man hat verschiedene Sorten, welche theils süß, säuerlich oder herbe sind. Sie heißt auch indianische Feige, Paradiesfeige, ist von fast dreieckiger Form, wie ein halber Mond gekrümmt, und einige Zoll lang. Die Haut ist dick, glatt, anfänglich grün, bei der Reife blaßgelb. Das Fleisch ist

weich und gelblich, und hat einen süßen Geschmack wie die Feigen, ist dabei mehlig, zuweilen ekelhaft süß oder fade. Wer nicht sehr verwähnten Gaumens ist, und das nicht allein als etwas Vortreffliches erkennt, was selten und theuer ist, wird dem Pisang schwerlich Geschmack abgewinnen können. Saftiger ist eine Abart: die Bananen.

d) Die Maulbeeren.

Wir benützen nur die schwarzen Maulbeeren zum Essen, die ziemlich nährend, schleimig, süß, aber ungemein blähend sind. Man ißt sie zum Theil roh, oder in Zucker eingemacht, und als Mus gekocht, und bereitet auch Essig davon.

e) Himbeeren.

Eine weit vorzüglichere Frucht als die Maulbeeren, und es ist zu bedauern, daß sie nicht in weit größerer Menge angebaut und Kranke und Leidende damit erquickt werden, was doch so leicht geschehen könnte, indem sie in unserem Klima heimisch und leicht fortzupflanzen sind. Man hat rothe und weiße; erstere sind am Geschmack und Geruch die besseren. Frisch genossen ist darauf zu sehen, daß sie von Würmern und fauligen oder schimmligen Beeren vorher gereinigt seyen. Man benützt sie außerdem eingemacht, als Gelée, Essig oder Wein zum Wohlgeschmack der Speisen und Getränke. Es gibt auch kein besseres und angenehmeres Gewürz als sie, dabei kühlen sie durch ihre liebliche Säure. Die Zeitigung ist im Julius und August.

f) Die schwedische Brombeere oder Ackerbeere.
Rubus arcticus.

Sie vertritt in den nördlichen Gegenden die Stelle der Himbeere.

g) Die Weintraube.

Wer wäre, der nicht den Saft der Rebe kennte? Wer hätte sich nicht zuweilen an dem Genusse einer saftigen Traube erfreut? — Es gibt wohl schwerlich eine Frucht,

welche so verschieden in ihren Arten nach dem Klima, Boden, der Lage und eigenthümlichen Beschaffenheit der Pflanze wäre. Am besten läßt sich für unsern Zweck hier die Eintheilung anwenden: solche Trauben, welche gut zu essen sind, aber weniger dauerhaften Wein liefern, und die, welche einen dauerhafteren Wein liefern, aber nicht so angenehm zum Essen, und endlich die, bei welchen sich beides vereinigt. Letztere Eigenschaft ist am meisten bei den südlichen, die erstere bei den süßen und die zweite bei den herben Trauben zu finden. Die Weinbeere soll zum rohen Genuß viel Saft haben, jedoch nicht wässerig, sondern von süßem, gewürzhaftem, pikantem und geistig weinigem Geschmack und angenehmem Geruch sein. Die sauren oder herben Trauben, welche entweder nicht ihre völlige Reife erlangt oder von Natur diesen Geschmack haben, taugen zum rohen Genusse nicht, und bringen auch bei Kranken angewendet im Körper nicht jene arzneilichen Wirkungen hervor, durch welche sich die Traubenkur ihren Namen verschafft hat. Diese bestehen in der Abkühlung, Verdünnung des Blutes, einer Beförderung des Schwitzens und der Urinabsonderung, Eröffnen der verstopften Saugäderchen u. s. f. Der Genuß der Weintrauben ist am zweckmäßigsten und für die Natur des Körpers am zuträglichsten des Morgens oder Abends bei nüchternem Magen. Selbst schwache Mägen vertragen sie unter diesen Umständen gut, wenn man nur dabei vermeidet die harten, unverdaulichen, blähenden Kerne mit hinab zu schlucken, noch mehr aber die Schaalen. Unter denjenigen Sorten, welche in Deutschland am besten gedeihen, und die sich zu Tischobst eignen, sind die vorzüglichsten:

1) Alicantentraube.

2) Trauben von Bordeaux. **Bordelais.**

3) Gutedel. **Chasselas. Notre Dame. Muscadin.** Es sind große und volle Trauben, mit runden hellen großen

Beeren. Man hat grüne, rothe, weiße, gelbe und schwarze, wovon die beiden letzten die vorzüglicheren sind.

4) Corinthentraube, Johannisbeertraube, Weinbeerlein.

5) Fleischweiner oder rothe Traminer. Dreimänner. Dreipfennig. **Gris rouge.** Der weiße Traminer dagegen ist schlecht von Geschmack.

6) Ruhländer. **Gris commun.** Sie wird schon im September reif.

7) Hamburger. Man hat rothe und schwarze. Die Trauben und Beeren sind groß. Die rothen sind mit Staub bedeckt. Die schwarzen, welche man in England Warnertrauben nennt, haben einen vorzüglich köstlichen, etwas bisamhaften Geschmack. Sie reifen im September.

8) Deutsch-Malvasir. Weiße spanische Cibebe. Der Saft ist ungemein köstlich. Man hat auch ganz runde weiße Malvasirtrauben, deßgleichen weißgelbe, längliche und runde, in welchen allen der Saft ungemein gut ist. Sie reifen im September und Oktober. Sie dauern aber nicht, sondern faulen leicht.

9) Muskateller. Man hat bei uns zwei Sorten. Weiße, **Muscat blanc d'Orleans**, **Muscat de Frontignan.** Sie wird im September reif. Rothe Muskateller, **Muscat rouge ou de Carail.** Wird im Oktober reif. In wärmeren Ländern hat man noch blauen und schwarzen Muskateller.

10) Silvaner. Zierfaheler.

11) Die Welsche oder Italienische. Man hat von ihr verschiedene Abarten, darunter die Schwarzwelsche und Rothwelsche. Erstere sind die besseren und süßeren Tafeltrauben.

Man macht die sauren und noch harten Weinbeere wie die Oliven ein, ist aber nichts für die Krankenküche.

Die an der Sonne getrockneten Trauben sind die Rosinen. Man hat dreierlei Sorten. Die größten heißen Cibeben, und kommen von Damaskus in Syrien, von Smyrna und Cypern. Die Franzosen nennen sie **Raisins de Damasc.** Wenn sie gut sein sollen, müssen sie länglich, dick, fett und hart sein. Sie haben nur einen oder oft auch gar keinen Kern, und schmecken nicht so angenehm süß als die gewöhnlichen großen Rosinen. Diese kommen aus Spanien, Italien, Frankreich u. s. w. Die aus Genua sind schwarzbraun, die blauen sind die Marseiller, und man

hält sie für die besten; die lichtbraunen oder sogenannten Korbrosinen, die aus Spanien kommen, sind die geringsten. Sie müssen alle, wenn sie gut sein sollen, rein, trocken, hart und derb, doch saftig sein. Die kleinen Rosinen, Rosinlein, Corinthen, wuchsen vordem, jetzt aber nicht mehr, zu Corinth. Heutiges Tages sind sie auf den griechischen und jonischen Inseln und in Morea anzutreffen. Die Beeren werden an der Sonne und Luft getrocknet und in Keller gethan, welche oben offen sind. Dort setzen sie sich und hängen so fest zusammen, daß man sie nur mit Instrumenten losmachen kann. Hierauf packt man sie in Fässer, preßt oder tritt sie fest und benetzt sie mit Seewasser. Die Güte dieser kleinen Rosinen besteht darin, daß sie frisch, klein, in Klumpen, nicht mit Honig gerieben oder mit den kleinen spanischen Rosinen, die etwas größer sind, vermengt sein müssen.

Was die Rosinen überhaupt anbetrifft, so leuchtet es ein, daß durch Verflüchtigung des wässerigen und geistigen Bestandtheils aus der Traube, der Zuckerstoff sich mehr koncentriren, d. h. vereinigen und verdichten müsse. Daher ist auch diese Frucht so nahrhaft. Doch blähen sie in Menge genossen gern und machen Bauchgrimmen. Sie haben jedoch vorzügliche Arzneikräfte; denn sie lösen auf, erweichen, führen gelinde ab, sind schmerzstillend und geschmeidigmachend in ihren Abkochungen. Man bereitet ein Mus (s. den 2ten Theil), durch welches der Schleimauswurf ungemein erleichtert und hartnäckige Verstopfungen gehoben werden können.

Die frischen Weinbeeren hat man neuerlich bekanntlich zum Hauptnahrungsmittel bei der sogenannten Weintraubenkur angeordnet. In welchen Krankheiten sie angewendet werden kann, darauf komme ich zurück bei der Diät in den besondern Krankheiten. Uebrigens sind die Erfolge davon nicht immer die erwarteten gewesen.

h) Die süßen Kirschen.

1) Große schwarze wilde Kirsche. Vogelkirsche. Waldkirsche. **Cerise grosse noire.** Das Fleisch ist zart, weich und dunkelroth, wie der Saft. Man pflegt mit dem Saft dieser Kirsche andern Flüssigkeiten eine unschädliche Färbung mitzutheilen. Die kleine Waldkirsche ist nicht eßbar wegen ihrer herben Säure.

2) Die schwarze Herzkirsche. **Guigne noire.** Das

Fleisch ist weich, dunkelroth und ungemein saftig. Reift Anfangs Junius.

3) Große weiße Herzkirsche. **Guigne grosse blanche.** Das Fleisch ist sehr weiß und ziemlich fest, daher man sie auch Knackkirsche nennt. Sie reift in der Mitte Juni.

4) Große schwarze, glänzende Herzkirsche, spanische Kirsche. **Guigne grosse luissante noire.** Das saftige Fleisch roth und fester als an den übrigen Herzkirschen. Sie ist eine sehr schmackhafte Frucht, die Ende Juni reift.

Die Herzkirschen sind frisch vom Baum am vorzüglichsten im Geschmack, und verlieren viel, wenn sie weit verführt werden, denn ihr zartes Fleisch drückt sich dabei und verliert den guten Geschmack. Nässe können sie gar nicht vertragen. Trifft sie noch auf dem Baum zufällig ein starker Gewitterregen, so springen sie auf und werden faulig.

5) Großer rother **Bigarreau.** Das Fleisch ist sehr fest, saftig, weißlich, und hat noch weißere Adern oder Fasern. Um den Stein und unter der Haut, wo diese die Sonne bescheint, ist es roth. Der Saft ist röthlich. Diese Kirsche reift nach der Mitte Julius, und ist im Geschmack die beste von allen Sorten der **Bigarreaux.**

6) Großer weißer **Bigarreau.** Das Fleisch weiß, aber nicht so angenehm im Geschmack, als von der vorigen Sorte.

7) Gemeiner **Bigarreau.** Rosenoble. Marmorkirsche. Diese Kirsche zeitiget im Anfang Juli, ist von vorzüglichem Geschmack.

8) Früh- oder Maikirsche. **Cerise hative.** Die Haut bekommt bei Zeiten eine lebhafte hellrothe Farbe; alsdann ist aber die Frucht noch so sauer, daß man sie nur als Compôt genießen kann. Läßt man sie vollkommen zeitig werden, so ist die Haut ziemlich dunkelroth, das Fleisch fast weiß und unter der Haut röthlich, und der Saft süß und angenehm. Aber alsdann kann man diese Kirsche nicht mehr frühzeitig nennen, weil mehrere andere gute Kirschen zu gleicher Zeit reif sind. Sie röthet sich Mitte Mai und reift im Juni.

9) Große bleichrothe oder Glaskirsche. **Cerise grosse rouge-pale.** Der Saft weiß, häufig, sehr angenehm, und durch eine kleine kaum merkliche Säure lieblich. Diese schöne Kirsche reift zu Ende des Junius, und

ist eine der vorzüglichsten von den süßen zum roh essen. Für das Einmachen ist sie allen andern vorzuziehen, indem sie sehr fleischig und sehr süß ist, dabei eine helle Farbe hat, welches ihr ein angenehmes Aussehen gibt.

10) Weiße und gelbe Kirsche. Agtsteinkirsche. Bernsteinkirsche. **Cerise ambrée.** Diese vortreffliche Kirsche reift gegen die Mitte des Julius. Man hat noch eine andere Bernsteinkirsche, welche diesen Namen mit größerem Recht führt, weil ihre Haut ganz bernsteingelb und nur sehr wenig roth ist. Sie darf jedoch an Güte des Geschmacks mit der vorigen nicht verglichen werden.

11) Französische Griotte. Der Saft ist schön roth, sehr süß und angenehm. Sie reift zu Anfang des Julius, und ist unter den schätzbarsten Kirschen; die deutsche Gattung gehört zu den sauren.

12) Portugiesische Griotte. **Archiduc.** Die Frucht ist sehr groß. Der Saft schön roth, häufig, vortrefflich, ohne Säure, mit einer geringen aromatischen Bitterkeit, und dieses mehr oder weniger nach der Beschaffenheit des Baumes, welcher den Geschmack der Frucht jederzeit sehr verschieden macht. Sie reift zu Anfang des Juli. Von manchen wird sie unter allen Kirschen am höchsten geschätzt.

13) Frühe Königliche. **Royale hâtive. Chery-Duke,** englisch. Das Fleisch ist roth und etwas fester als an der Griotte; der Saft roth und süß ohne Säure. Diese Kirsche reift zu Anfang des Julius. Der Mai-Herzog, die späte Königliche sind Varietäten von ihr. Die erste ist kleiner und früher, indem sie zu Ende des Mai reift. Die letztere ist zwar schön aber gar zu sauer, und wird erst im September reif.

Die süßen Kirschen sind für Kranke ein vortreffliches Obst, machen wenig Blähungen, führen in Mehrzahl genossen gelinde ab, verdünnen und kühlen. Man genießt sie unter mancherlei Gestalt, und braucht für Krankenkost bei ihnen nicht ängstlich zu sein; denn wenn sich nach dem Genuß von Kirschenobst bei Kranken üble Zufälle eingestellt haben, so waren es sicher nicht diese Früchte, als vielmehr die fehlerhafte Zubereitung. Namentlich können manche Köchinnen sich durchaus das Würzen nicht abgewöhnen, und sollten doch bedenken, daß sie einem Leidenden nur kurzen Genuß und viele jammervolle Stunden dadurch verschaffen.

i) Süße Pflaumen.

1) Frühe schwarze Damascener. Marocio. **Damas noir.** Das Fleisch gelb, saftig, und löst sich vom Stein. Reift zu Ende des Juli.

2) Kleine schwarze Damascener. **Petit Damas.** Reift zu Anfang des Augusts.

3) Große violette Damascener. **Gros Damas violet des Tours.** Sie reift im Monat August.

4) Schwarze Perdrigon. Das Fleisch fest und ungemein köstlich. Reift im August.

5) Große violette Perdrigon. Das Fleisch ist gelblich, sehr derb und hängt fest am Stein. Der Saft ist auch vorzüglich. Reift im August.

6) Große weiße Perdrigon. Das Fleisch ist weiß, und hat eine etwas säuerliche Süße. Daher schmeckt sie nicht allein roh sehr gut, sondern taugt auch zum Einmachen vorzüglich. Reift Ende des Augusts.

Die Perdrigons sind in einigen Gegenden Deutschlands unter dem Namen ungarische Pflaumen bekannt. Zum Backen und Einmachen kommen sie nach den Damascenern.

7) Die Kaiserliche. Rothe gute Große. **Imperiale.** Das Fleisch sehr trocken und paßt sich zum Einmachen vorzüglich. Reifzeit im September.

8) Aprikosenpflaume. Maronke. Das Fleisch fest und trocken, und löst sich gut vom Stein. Reift Ende September.

9) Kleine **Reine Claude.** Reift Ende August.

10) Große **Reine Claude. Dauphine.** Das Fleisch ist fest, dunkelgrün, und geht vom Steine ab; der Saft unvergleichlich wohlschmeckend. Diese Pflaume wird in der Mitte des Septembers reif.

11) Mirobalane. Ihr Saft ist sehr süß, und wird zu Ende des Augusts reif. Man muß sie nicht mit denjenigen herben Früchten dieses Namens verwechseln, die wir getrocknet und in Zucker eingemacht aus Ostindien, Syrien und Egypten bekommen, und die zuweilen auf den Nachtisch gebracht werden.

12) Katharinenpflaumen. Das Fleisch schön gelb, trocken und fest, und hängt am Stein. Sie wird zu Ende des Septembers reif und wird gern am Baume trocken, wenn der Herbst warm und trocken ist. Sie ist sehr passend zum Einmachen.

13) Mirabelle. Sie reift Ende des Augusts, und ist ebenfalls gut zum Einmachen.

Bei dem Genusse der süßen Pflaumen, vorzüglich von Kranken oder Genesenden, ist schon bei weitem mehr Vorsicht nöthig, als beim Genusse der süßen Kirschen. Wer nicht zu Blähungen geneigt ist, überhaupt den trocknern und verstopften Personen, bekommen sie recht wohl. Nur möchte ich rathen, die Haut nicht mit zu genießen. Wer aber an Winden leidet, der empfindet davon Unbequemlichkeiten, und bei Verschleimten bewirken sie leicht im Magen eine saure Gährung. Die getrockneten, vorzüglich auf französische Manier, sind aber nicht mit diesen Eigenschaften versehen, und ohne Befürchtung in der Krankenküche zu verwenden. Die gewöhnlichen gedörrten Pflaumen sind oft schon halb verbrannt, und man muß daher nur die guten, braunrothen, nicht zu runzligen, fleischigen auswählen. Die Pflaumenbrühe führt ab, das Mus erschlafft und gährt leicht.

k) Stachelbeeren. Kriefelbeeren.

Man hat sie von verschiedenen Farben, Größe und Geschmack. Die gepfropften sind die größten, die gelben süß, die rothen etwas säuerlich. Sie werden als Nachessen auf die Tafel gebracht, sind gesund, kühlend und gelinde abführend. Auch Kranke dürfen das Fleisch derselben genießen. Man bereitet außerdem davon Stachelbeerwein, und die unreifen kocht man als Gemüse, geben aber keine sehr gesunde Speise.

Capitel 20.

Schwachnährendes weinsäuerliches Obst.

Bei diesen Obstsorten ist eine feine, angenehme Säure hervorstechend, welche auf der Zunge einen pikanten Geschmack gibt, und etwas reizendes, erquickendes und kühlendes hat, daher in vielen Krankheiten eine vortreffliche Erfrischung gibt. Selbst Kranke, die vor allen Speisen Ekel haben, genießen sie häufig nicht ungern, ja bekommen

öfter ein unwiderstehliches Verlangen darnach. Dabei haben sie die gute Eigenschaft, die Leibesöffnung gelinde zu befördern, leichter verdaulich, besser durch die Gedärme gehend, urintreibend, saifenartiger, auflösender und kühlender zu sein als die andern.

Natürlich muß sich die Menge der zu genießenden weinsäuerlichen Früchte genau nach dem Zustand des Patienten und nach der Stärke seiner Verdauungskräfte richten, wenn hier ihr Genuß keinen Schaden stiften soll.

a) Ananas.

Diese Pflanze, welche nur in den heißen Himmelsstrichen im Freien ausdauert, wird bei uns in den Gewächshäusern gezogen, und zwar erfordert sie nicht so viel mühsame Wartung, wie man früher geglaubt hat. Durch vorsichtige Behandlung bei der Fortpflanzung paßt sie sich weit mehr unserem Klima an, als man glauben sollte, und verliert dabei nur wenig in ihrer Güte. Die Frucht ist anfangs hellgrün; später, gezeitigt, orangefarbig. Sie kann die Größe einer Melone erreichen. Das Fleisch ist weißgelblich, sehr faserreich, mit Strahlen, die von der Mitte nach außen in horizontaler Richtung gehen. Der Saft ist sehr reichlich und gelb, von einem höchst feinen, wohlschmeckenden Aroma durchdrungen und weinsäuerlichem Geschmack. Manche Gattungen sind weiß, gelb, roth, orangefarbig, mit oder ohne Kerne.

Nicht an allen Pflanzen reifen die Früchte zu einerlei Zeit, sondern bei einigen kommen sie früher, bei andern später, so daß man den ganzen Sommer hindurch Früchte haben kann. Die im Sommer reifen sind die süßesten und angenehmsten; aber auch im Winter behalten sie doch einen reizenden und außerordentlichen Geschmack, wenn sie gleich nicht zum größten Grad der Vollkommenheit gelangen. Die Reife lernt man am besten aus der Erfahrung kennen.

Der durchdringende Geruch ist das sicherste Kennzeichen. Es fällt aber schwer bei einer großen Anzahl diejenigen zu unterscheiden, welche diesen Geruch am stärksten von sich geben. An der weißen Ananas läßt sich durch die Farbe die Reife bestimmen, an der rothen schon schwerer, weil sie eine dickere, ins bräunliche gehende Schaale hat, bei der olivenfarbigen noch weniger. Man pflegt auch daran ein Kennzeichen der Reife zu haben, wenn die Warzen an der Frucht unter den Fingern etwas nachgeben. Bei den meisten ist dieses anwendbar, nicht aber bei den andern Sorten, weil da die Schaale zu hart ist, und die beste Zeit vorübergegangen, wenn die Warzen erst anfangen, welk zu werden. Nur einige Tage behält die Frucht, wenn sie reif ist, den aromatischen Geruch. Den Stiel läßt man so lange als möglich daran, und schneidet die Frucht an eben dem Tage, an welchem sie gegessen werden soll, ab, des Morgens früh, ehe sie von der Sonne durchwärmt worden ist. Will man die Frucht einige Tage lang aufheben, so schneidet man sie ab, ehe sie ganz reif geworden, und legt sie an einen kühlen Ort.

Obschon diese Frucht in Geschmack und Geruch alle anderen übertrifft, so besitzt sie doch eine eigene Schärfe, die den Mund sogar auffressen und das Zahnfleisch blutend machen kann. Aus diesem Grund muß sie bei Halsentzündungen, Gallenkoliken, Magensäure, Heiserkeit, schwachen Lungen und Lungenübeln vermieden werden. Wenn man die Frucht von der Krone trennen will, so soll dieses nicht durch Abschneiden geschehen, denn die Krone ist ein Keim zu zukünftiger Frucht. Man muß sie daher mit einem Tuch vorsichtig mit der einen Hand fassen und mit der andern langsam die Frucht ausdrehen, wobei sich beide von einander unbeschädigt lösen.

b) Pfersiche oder Pfirsiche.

Man hat eine Menge Sorten von ihnen, deren aber auch viele schlecht und ungenießbar sind. Folgende haben den besten Geschmack und Geruch:

1) Frühe Purpur-Pfersiche. **Pourprée hative.** Das Fleisch ist saftig und von köstlichem Weingeschmack. Sie wird vor der Mitte des Augusts reif.

2) Große Mignon. Der Saft zuckersüß, von vorzüglichem Geschmack. Reifzeit in der Mitte des Augusts.

3) **Belle Chevreuse.** Hat zuckersüßen köstlichen Saft und reift zu Ende des Augusts.

4) Rothe Magdalene. **Madelaine de Courson.** Der Saft süß und von ganz vorzüglichem Geschmack. Die Reife Ende August.

5) Der Kanzler. Eine englische Sorte. Die Haut sehr dünn und der Saft köstlich. Sie reift zu Ende des Augusts.

6) **Bellegarde. Galand.** Sie hat einen vorzüglichen Geschmack, und reift mit Anfang September.

7) **Bourdine.** Der Saft hat einen köstlichen Weingeschmack. Die Frucht reift im Anfang des Septembers.

8) **Rambouillet. Rumbullion.** Sie reift um die Mitte des Septembers.

9) **Nivette.** Sie wird um die Mitte des Septembers zeitig.

Wenn man diese neun Sorten anpflanzt, so kann man bei etwas warmer Lage von Ende Juli bis Ende Oktober immer reife Früchte haben. Bei den Franzosen nennt man diejenigen Pfersiche **Paries**, welche am Stein hängen, **Peches** die sich lösen, und **Nectarines** mit dichtem hartem Fleisch und einer Haut ohne Wolle.

An ein und demselben Baume sind oft die Pfersichen von verschiedener Güte. Die Kennzeichen von den besten sind: daß sie eine feine dünne Haut haben, die sich leicht vom Fleisch trennen läßt. Ist die Haut dick und nicht zu trennen, so kann man voraus wissen, daß die Pfersiche, wenn sie auch gleich reif ist, nicht zum Essen taugt. Diejenige Pfersiche, die nicht von Natur glatt ist, muß nur mit einer mittelmäßigen Wolle bedeckt sein; denn zu reiche Wolle zeigt schlechte innere Eigenschaften der Pfersiche; an den bessern, vorzüglich an Spalieren gezogenen, fällt sie ab.

Wenn eine Pfersiche nicht so groß wird, als sie billig werden sollte, oder wenn sie eine übernatürliche Größe oder Dicke bekommt, so kann man sicher daraus schließen, daß sie nicht viel tauge. Das Fleisch muß fein, fest, etwas faserig und vollsaftig sein, es muß sich vom Steine lösen und auf der Zunge leicht zerfließen. Diejenigen Früchte, deren Stein sich nicht löst, sind gewöhnlich im Geschmack die schlechtesten, und gelangen nur durch starke Hitze zur Reife. Der Saft muß bei einer guten Pfersiche nebst einer angenehmen Süßigkeit einen edeln Wein= oder Weinmuskatellergeschmack besitzen. Diejenigen, welche man in freier Luft aufzieht (die Weinbergspfersichen), haben im Geschmack Vorzüge vor den Spalierpfersichen, die wässeriger sind. Diejenigen, welche wenig teig, mehlig, trocken, grob, zähe oder herb sind, taugen zum roh essen gar nicht. Die beste Zeit, eine Pfersiche abzupflücken, ist, wenn sie nur noch ein wenig am Stiele hängt. Wenn sie sich aber nur mit dem Stängel abbrechen läßt, so hat sie noch nicht die gehörige Reife erlangt. Fällt sie von selbst ab, so ist sie überreif und hat ihre gute Beschaffenheit fast ganz verloren, mit Ausnahme der glatten Pfersiche, diese ist desto besser je reifer sie ist, und kann vom Baume fallen, ohne dadurch an Güte verloren zu haben.

Manche Aerzte haben sie für ungesund, ja giftig erklärt. Allein dem ist durchaus nicht so. Wenn der größte Schaden der wäre, den die Menschen aus ihrem Genusse erlitten, so würden wir wenig Kranke zählen. Jene Herren verboten, wie sie sagten, ein Gift, ob sie aber dabei wohl an die unzähligen Gifte gedacht haben, welche Aeskulaps Jünger mit Hülfe des Meister Stößel täglich in die Kranken hineinpfropfen?

Meine schönen Leserinnen können daher ohne die geringste Besorgniß ihren Kranken eine völlig reife Pfersiche von einer der oben angeführten Sorten reichen, er wird sie ohne Schaden als ein kühlendes, durstlöschendes Labsal genießen, und ihnen dankbar dafür sein. Das ist leider eben das Unglück, daß einer von den Leckermäulern und Schlemmern, nachdem er sich den Magen von Fleisch und Mehlspeisen, Salaten und Brühen, Gelées und eingemachten Früchten, nebst Kuchen vollgepfropft, mit Wein und Bier, wieder in verschiedenen Sorten übergossen, und endlich nach Butterbrod und Käse, wie man zu sagen pflegt, den Magen mit Obst geschlossen hat; oder ein Genesender, wie ich

selbst einen Fall kenne, welcher ein halbes Schock Pfersiche verschluckte, weil sie gesund sein sollen, und darnach die übelsten Folgen verspürte, diese der schönen Gottesgabe aufbürdete; und dann Aerzte, die unwissend, denn wie viele haben nur leidliche Kenntnisse von den Nahrungsmitteln, oder Schmeichler genug sind, dem gnädigen Herrn oder der gnädigen Frau zu gefallen in das Lamento mit einstimmen, und die neue Entdeckung von der Schädlichkeit des Obstes womöglich in ein halbes Dutzend gelehrte und nicht gelehrte Zeitschriften einrücken lassen. Prüfet doch erst, ihr Voreiligen, und sehet das Thier an, warum erkrankt es nicht, solange es mäßig frißt, und warum frißt es wenig oder nichts, solange es krank ist?

Die eingemachten und gebackenen Pfersichen sind nur ein dürftiger Ersatz für die frischen.

c) Aprikose. Morelle.

Hat viele Aehnlichkeit mit der Pfersiche, doch fehlt ihr diese Vollsaftigkeit, und manche Sorten sind so trocken und mehlig, daß sie nichts weniger als angenehmen Genuß gewähren. Die nachgenannten sind die besten Sorten:

1) Aprikose von Nancy. Das Fleisch ist gelb und spielt ins Rothe, ist sehr schmelzend, und wird auch, wenn die Frucht gleich die höchste Zeitigung erlangt hat, weder mehlig noch trocken. Sie hat vielen, sehr angenehmen und ihr ganz besonders eigenen Saft von lieblichem Geschmack. Diese Aprikose verdient, wegen ihrer Größe und ihres vortrefflichen Geschmacks, die erste Stelle. Sie reift in der Mitte des Augusts.

2) Alberge. Das Fleisch ist sehr zart, fast schmelzend, stark dunkelgelb und röthlich. Der Saft ist häufig und hat weinigen Geschmack mit einer nicht unangenehmen Bitterkeit. Reift im August.

3) Portugiesische Aprikose. Das Fleisch ist dunkelgelb, fein, delikat und hängt etwas am Stein. Sie hat vielen Saft von ausgezeichnetem Geschmack, daher sie auch für eine der besten Aprikosen gehalten wird. Diese kleine Aprikose wird in der Mitte des Augusts reif.

4) Holländische Aprikose. Orange-Aprikose. Haselnuß. **Abricot d'Hollande. Amande Areline.** Das Fleisch ist dunkelgelb, saftreich, sehr angenehm. Diese Gat-

tung gehört auch unter die vorzüglicheren, und reift am Geländer nach der Mitte Juli.

5) **Apricot Angoumais.** Die Frucht hat viel Saft von angenehmem weinsäuerlichem Geschmack, der aber zuweilen etwas Schärfe bei sich führt. Diese Aprikose reift in der Mitte Juli, kurz vor der gemeinen.

6) Gemeine Aprikose. Der Baum trägt viel, und wird der größte unter allen. In der freien Luft gezogen bleiben die Früchte kleiner, ihr Fleisch aber wird saftiger und dunkelgelb. Am Geländer hingegen werden sie größer, färben sich wenig, und das Fleisch ist mehlig. Diese Aprikose reift zu Anfang des Julius zugleich mit den besten Frühaprikosen.

Das Fleisch aller Aprikosen ist zwar etwas mehlig, doch werden diejenigen für die besten gehalten, welche groß, fleischig, süß, mit reizendem weinsäuerlichem Geschmack, und wo das Fleisch sich leicht vom Stein löst. Die Schlechten sind trocken, mehlig, zwar süß aber unschmackhaft, und zuweilen stockig.

Eine reife Aprikose steht an Werth, was die Gesundheit anbetrifft, mit der Pfersiche gleich, nur gährt sie noch leichter als diese, und paßt daher in verdorbene Mägen schlecht. Man ißt sie zum Theil roh, zum Theil auf mancherlei Art in Zucker eingemacht, und auch gekocht als Compôt.

d) Pomeranze. Orange.

Es gibt verschiedene Abarten mit süßem, saurem und bitterem Geschmack. Die süßsäuerlichen genießt man am häufigsten roh. Die Schaalen haben ein feuriges, flüchtiges, wohlriechendes Oel, das Fleisch ist von weinhaft süßem angenehmem Geschmack. Der Gebrauch, der in der Krankenküche von den Orangen gemacht wird, ist mannigfach. Ihr Saft ist versüßend, öffnend, erfrischend, der Fäulniß widerstehend, und kann in Entzündungen und fauligen Krankheiten gute Dienste leisten. Die eingemachten Schaalen sind zwar blähungstreibend aber erhitzend.

e) Apfelsine. Pom de Sina.

Die Schaale der chinesischen Pomeranze ist hochgelb und von süßlich aromatischem Geschmack. Das Fleisch ist

gelb und faserig, und der Saft überflüssig hochgelb und von einem überaus angenehmen weinsäuerlichen Geschmack. Gut in hitzigen Fiebern.

f) **Pompelmus. Adamsapfel. Paradiesapfel.**

Die ostindische Orange. Sie hat eine blaßgelbe, sehr bittere Schaale. Das Fleisch ist reif von purpurrother Farbe. Der Saft ist reichlich vorhanden, und schmeckt sehr angenehm weinsäuerlich. Sie läßt sich sehr gut erhalten. Wenn man die Frucht durchschneidet, wird das Fleisch von der Berührung des Messers bitter.

g) **Weinsäuerliche Aepfel.**

1) Sommer-Calville. Das Fleisch wird bald mehlig. Der Saft ist nicht überflüssig, von keinem vorzüglichen Geschmack. Dieser Apfel zeitiget zu Ende des Julius; da er aber durch die Zeitigung um vieles schlechter wird, genießt man ihn zu Anfang dieses Monats in Compôten.

2) Weißer Winter-Calville. Das Fleisch ist weiß, körnigt, zart und fein. Der Saft von vorzüglichem Geschmack, daher auch der Apfel unter die besten gezählt wird. Er fängt im December an zu reifen und dauert bis in März.

3) Rother Calville. Der Saft ist von sehr angenehmem Geschmack. Der Apfel zeitiget im November und December. Der **Merlet** oder **Calville de Normandie** ist noch besser, und hält sich bis Ende März. Es gibt noch einen Apfel, der **Coeur boeuf** oder Ochsenherz genannt wird, und noch dunkler von Farbe ist als der rothe Calville, ihm auch sonst äußerlich völlig gleich kommt, aber um vieles schlechter ist und kaum zum Kochen taugt.

Die Fächer in allen Calvillen sind sehr groß, und enthalten kleine spitzige, vollkommene Kerne, welche bei völliger Zeitigung der Frucht sich ablösen, und klappern, wenn man dieselbe schüttelt. Daher der Name Klapperapfel.

4) Großer Faros. Der Saft ist häufig und von gutem vorzüglichem Geschmack. Er hält sich bis zu Ende des Hornung.

5) Kleiner Faros. Das Fleisch ist weiß und etwas körnig, jedoch sehr angenehm. Dieser Apfel hält sich bis Ende des Hornung.

6) Goldapfel. Englische oder Goldreinette. Das Fleisch ist gelblich weiß und fest, der Saft ist ziemlich häufig und von einem den Reinetten eigenen gezuckerten und weinsäuerlichen Geschmack, der ihn zu einem vortrefflichen Apfel macht.

7) Späte gelbe Reinette. Vergoldete Reinette. Das Fleisch ist weiß, fest und fein, und der Saft häufig und von unvergleichlichem Geschmack. Diese kommt an Güte der **Reinette franche** gleich; ist in der Zeitigung mit dem December, und diese ist vorbei, wenn die **Reinette franche** eßbar zu werden anfängt.

8) Gelbe, frühe Reinette. Das Fleisch ist mürbe und wird leicht mehlig. Der Saft ist häufig, aber nicht so wohlschmeckend, als an den andern Reinetten. Der Apfel zeitiget im September und Oktober.

9) Weiße Reinette. Das Fleisch ist weiß, zart und von sehr starkem Geruch, und schrumpft nicht so ein, wie an der vergoldeten Reinette und der **Franche**. Der Saft ist häufig und wohlschmeckend. Dieser Apfel ist sehr gemein. Er reift im December und hält sich selten bis in den März.

10) Rothe Reinette. Der Saft häufig und etwas sauerer, als bei der **Reinette franche**.

11) Bretagnische Reinette. Das Fleisch ist fein, ziemlich fest und brüchig, weißgelb und von sehr starkem Geruch. Der Saft häufig und ganz wohlschmeckend. Dieser Apfel hält sich selten bis zu Ende des Decembers.

12) **Reinette franche.** Das Fleisch fest, weiß und wird bei voller Reife etwas gelblich. Der Saft ist von dem angenehmsten weinsäuerlichen Geschmack, weßwegen dieser Apfel so sehr geschätzt wird. Er zeitiget im Hornung, und hält sich bis wieder Aepfel kommen. Jedoch wenn er über den Punkt der Zeitigung hinaus ist, wird er trocken, verliert viel von seinem Geschmack und bekommt einen unangenehmen Geruch.

13) Graue Reinette. Das Fleisch ist fest, fein, weißgelb, und bei voller Reife mehlig. Der Saft häufig, und hat einen gezuckerten feinen Weingeschmack. Daher die, welche die lebhaftere Säure und den starken Geruch der **Reinette franche** nicht lieben, diesen Apfel höher schätzen. Man hat eine graue Reinette von Champagne, die fast ganz süß schmeckt, und von denen vorgezogen wird,

welche den Geruch und die Säure der übrigen Reinetten nicht lieben.

14) Die Taube. Das Taubenherz. Jerusalem. **Pigeon. Coeur de Pigeon. Jerusalem.** Der Saft hat eine angenehme Säure, die er fast völlig verliert, wenn die Frucht völlig reif ist. Sie zeitiget im December, Januar und Februar, und ist für Gesicht und Geschmack gleich angenehm.

15) **Rambour franc.** Das Fleisch ist ziemlich grob, wenn es aber gekocht ist, leicht und sehr gut. Der Saft hat etwas säuerliches, welches das Kochen angenehmer macht und mäßigt. Der Apfel zeitigt zu Anfang des Septembers, und dauert bis Ende Oktobers. Gleich zu Anfang wird er zu Compôten sehr geachtet, später verliert er mehr und mehr seine Säure, und wird daher auch trockener.

Der Winterrambour gehört unter die herben Aepfel.

16) **Non Pareille.** Das Fleisch ist weißgelb, zart und nicht so festen und starken Geruchs als bei den Reinetten. Es wird sauer und mehlig, wenn die Zeitigung vorbei ist. Der Saft ist sonst von einem den Reinetten ähnlichen Geschmack. Dieser Apfel zeitiget im Januar, Hornung, März.

17) **Haute Bonté.** Das Fleisch ist zart, delikat, weißgrünlich, aber von sehr starkem Geruch. Der Saft ist häufig und wohlschmeckend. Der Apfel zeitiget im Januar und Februar. Einige halten sich bis in den April.

18) Eisapfel. Durchsichtiger, siberischer Apfel. **Transparente. Pomme de glace.** Das Fleisch ist sehr weiß, zart, und mit vielem weinsäuerlichem Saft versehen, der diesen Apfel sehr gut zum Kochen und Backen macht. Ueberreif wird das Fleisch fest, durchsichtig, grünlich, als wenn es vom Frost durchdrungen wäre. In diesem Zustand hält sich der Apfel lange, ohne von der Fäulniß angegriffen zu werden, verliert aber sehr an gutem Geschmack und ist zuletzt unschmackhaft.

19) Englische Pipins. Existirt in verschiedenen Abarten, die alle sehr gut zum Roheßen und Kochen sind. Der vorzüglichste ist der Goldpipin. Sein Fleisch ist weißgelb, mürbe, mild und weich, sein Geschmack ausgezeichnet, gleich einer Vermischung von Borsdorfer und Reinette. Er ist einer der saftigsten Aepfel, reift und wird eßbar im December, und hält sich bis gegen März.

20) Rother englischer Gölderling. Hat gelbes,

mürbes Fleisch, mit reichlichem, angenehm weinsäuerlichem Saft, besonders wenn er die gehörige Zeit gelegen hat. Reift in der Mitte des Septembers und dauert bis in den Januar.

21) Gelber Gölderling. Das Fleisch schneeweiß, ist mit einem milden, feinen, gewürzigen, angenehmen Saft versehen, weßwegen der Apfel sehr geschätzt ist. Reift im September, dauert bis in den Januar.

22) Borsdorfer. Der berühmteste deutsche Apfel, wegen seiner Dauer und feinem Geschmack einer der ersten, theilt sich in den schwarzen und rothen Borsdorfer. Der erstere ist von geringerer Güte. Das Fleisch des letzteren ist weißgelb, mürbe, mild, und enthält jenen aromatischen, feinen weinsäuerlichen Saft, der besonders Kranken so wohlthuend ist. Dieser Winterapfel reift im Oktober und dauert bis weit in das andere Jahr. Es gibt auch einen Sommerborsdorfer, der eben so gut ist, und früher eßbar wird.

23) Stettiner-Rostocker-Eisenapfel. Hat festes dichtes Fleisch, etwas brüchig, mit vielem, sehr angenehm süßsäuerlichem Saft. Obschon er nicht das Hochfeine anderer Sorten besitzt, ist er doch ein guter Tisch- und vorzüglicher Küchenapfel, indem er im December reift, und sich bei völliger Härte bis in den August hält. Er wird, gut aufbewahrt, nur an einigen Stellen und sehr langsam bis zum Eindrücken weich.

24) Danziger Kantenapfel. Eine sehr gute Frucht mit mildem, gelblichem Fleisch und wohlschmeckendem Saft. Wird im Oktober eßbar.

Die weinsäuerlichen Aepfel, roh genossen, blähen etwas, was wohl von ihrem mehligen Bestandtheil herrühren mag, dabei aber sind sie erquickend, das Blut und die Säfte verdünnend, und in manchen Krankheiten den süßen Aepfeln weit vorzuziehen. Durch das Kochen wird ihre Säure milder und ihr Fleisch noch weniger blähend. Zu diesem Zweck können schon die im Herbste grün durch den Wind oder Wurmstich abgefallenen Aepfel benützt werden, letzteren muß man jedoch vorher durch das Ausschneiden entfernen.

Um die Aepfel für den Winter aufzuheben, hat man empfohlen, sie so lange auf dem Baum hängen zu lassen, bis Fröste zu fürchten sind, (dieß muß sich aber wohl nach der Zeit ihrer Reife richten), dann soll man sie bei trockenem Wetter lesen und auf Haufen schütten, wo sie einen

Monat lang durchschwitzen müssen. Hernach muß man sie sorgfältig durchsehen, alle diejenigen, welche angegriffen zu sein scheinen, absondern, die gesunden abtrocknen und in große Oelkrüge schichten, die vorher wohl ausgebrüht, recht ausgetrocknet und hernach fest zu vermachen sind. Wenn man dieses genau beobachtet, werden die Früchte lange gut bleiben, und von Fleisch voll sein; wenn sie aber der Luft ausgesetzt sind, schrumpft ihre Haut ein und ihr Fleisch wird weich.

Ich habe diese Methode nie anwenden sehen, muß daher mein Urtheil zurückhalten. Wer seine Aepfel gern längere Zeit aufheben will, dem rathe ich, es so zu machen.

Jede Apfelsorte wird einige Zeit früher, bevor sie völlig reif geworden, gebrochen; die herabgefallenen muß man durchaus nicht mit dazu nehmen, denn an der Stelle, wo der Apfel auf die Erde traf, wird er in kürzerer Zeit fleckig und faul. Hierauf werden diese ausgewählt, welche am besten und größten sind, in flache Körbe gelegt, damit sie sich nicht sehr drücken können, und in einen trockenen aber luftigen Keller gebracht, in dem sich aber kein Stroh befinden darf, dadurch werden die besten Aepfel dumpfig und bekommen einen Strohgeschmack. Man legt sie aus den Körben auf solche Gestelle, wie bei den Birnen beschrieben worden sind, und sortirt sie zu gleicher Zeit nach ihren Arten; indem, wie wir gesehen haben, manche Gattungen länger, manche weniger lange dauern. Von Zeit zu Zeit wird nachgesehen, ob einige fleckig worden, und diese entferne man sogleich; kommen kalte Wintertage mit reiner Luft, so lasse man solche früh zwischen 10 und 11 Uhr in die Keller streichen und schütze letzteren hierauf wieder. Auf diese Weise halten sich die Früchte sehr lange, und man kann den Tisch immer mit gutem, gesundem Obst besetzt haben.

b) Süßsäuerliche Pflaumen.

1) Brunelle, Prunelle, **Brégnole.** Sie ist unter allen Pflaumen die beste zum Einmachen. Ihr Geschmack ist ganz köstlich, ungemein süß, mit einer gelinden sehr angenehmen Säure. Diese Pflaumen bringt man aus Frankreich, nachdem man Haut und Kerne von ihnen abgesondert hat, in Körben zu uns, wie die Rosinen und Feigen, und sind für Fieberkranke eine erquickende Speise.

2) Weiße holländische Moguls-Pflaume.

Weiße Kaiser. **Bonum magnum.** Das Fleisch ist fest; ihr Saft ist säuerlich. Daher wird diese Pflaume nicht wohl roh gegessen, zum Einmachen aber paßt sie sehr gut.

3) Krieke. Augustpflaume. Zahme Schlehe. Zipparte. **Prunus insititia.** Die Frucht wird früh zeitig, hat ein mildes, süßes, weiches mit etwas Säure vermischtes Fleisch.

i) Brombeeren, Kratzbeeren, Bremen, Bromen, Rahmbeeren, Robetbeeren.

Diese Beeren reifen Ende Augusts bis Mitte Septembers. Sie haben einen rothen Saft, angenehmen Geruch, und weinigen süßsäuerlichen, aber manchen Menschen unangenehmen, gelinde zusammenziehenden Geschmack. Man lobt sie in allen hitzigen Krankheiten und in der Ruhr als ein kühlendes Mittel, und gibt gemeiniglich dem mit Zucker eingekochten Saft den Vorzug. Die frischen Beeren geben durch Gährung Essig, Wein und Branntwein. In Frankreich färbt man damit die Franzweine. Aus Unvorsichtigkeit sind zuweilen für Brombeeren die Wolfs- oder Nachtschattenbeeren angesehen worden; allein sie lassen sich sehr leicht unterscheiden, da letztere eine glatte Schaale haben, während die Brombeerenschaale aus lauter kugelförmigen Abtheilungen besteht.

k) Nordische Brombeeren, preußische Paukenbeeren, Totin, Thau, Wolkenbeeren.

In Preußen und Norwegen wächst die dem Brombeerenstrauch sehr ähnliche Pflanze, an der die blaßrothen süßsäuerlich schmeckenden Beeren zum Vorschein kommen. Wenn sie eine Weile gelegen haben, verliert sich die Süßigkeit, die Säure bleibt aber jederzeit angenehm. Sie werden wenig roh gegessen, sondern meistens eingemacht, und wie die Preiselbeeren zum Braten gespeist. Eine Varietät von der nordischen Brombeere sind die Tyltebeeren, welche durch das Liegen eine nicht unangenehme Bitterkeit bekommen. Sie werden für das größte antiscorbutische Mittel gehalten.

Uebrigens sind die Brombeeren eine sehr gesunde, kühlende, gelind abführende und noch viel zu undankbar behandelte Frucht. Darum, weil man sie in so großer Menge und überall findet, achtet man ihrer nicht; wäre sie selten, wie die Ananas, welcher Leckerbissen würde daraus gemacht werden.

l) Die Erdbeeren.

Die rothen Walderdbeeren sind am Geruch und Geschmack, so wie an Kräften weit besser, als die weißen und als die Gartenerdbeeren. Unter letzteren sind die gepfropften die größten, aber bei weitem nicht so angenehm aromatisch als die Ananas oder Erdbeere mit dem glatten Blatt, obschon süßer. Alle Sorten reifen im Anfang Juni, und kommen durchs Nachreifen anderer noch grüner bis Ende Juli auf den Markt. Mit Recht ist man ihres Lobes voll, und nennt sie eine delikate, wohlriechende, erquickende, kühlende und gesunde Speise, die unter den Obstspeisen eine der ersten Stellen einnimmt. Den Schwind- und Gallensüchtigen, den mit der heißen Gicht oder mit Blasenleiden Behafteten hat man sie von jeher empfohlen. Sie eröffnen, lindern, führen durch den Stuhlgang und Urin ab. Letzteren theilen sie ihren Geruch mit. Wer einen nicht zu schwachen Magen hat, sagt Zückert, kann sie ohne Schaden in großer Menge essen. Ich setze hinzu: Selbst wer einen schwachen Magen hat, mag sich ihrer bedienen, und sie werden ihm nichts schaden, wenn er nicht etwa eine Arznei oder eine Speise, die sich mit ihnen nicht verträgt, zu gleicher Zeit gebraucht. Van Swieten hatte Rasende und Tolle gesund werden sehen, durch den mehrere Wochen fortgesetzten Genuß von täglich 20 Pf. Erdbeeren. Und ich begreife auch wahrhaftig nicht, warum sie nicht eben so gut zu einer Kur dienen können, als die Trauben.

Wenn wir erst nach einer Reihe von Jahren durch die fort und fort bekannt gemachten Resultaten von glücklichen Wasserkuren, von den guten Wirkungen einer strengen Diät in chronischen Krankheiten, wobei die Natur in ihren Bemühungen nicht ewig von den mineralischen und vegetabilischen Arzneigiften gehemmt wird; wenn, sage ich, die Medicin zu der wahren alten Schule des Hippokrates zurückgelangt sein wird; dann werden die Aerzte auch Gelegenheit haben, zu sehen, welche medicinische Kräfte die Natur in Pflanzenkörper gelegt, deren wir uns als Speisen bedienen. — Früher kann und wird dieses nicht geschehen; denn wie möchten diese feinen Kräfte in Naturen wirken, welche bereits gegen die Wirkungen heroischer Mittel, wie Kampher, Opium u. s. w. abgestumpft und abgehärtet sind.

Welche vortrefflichen medicinischen Wirkungen unsere Erdbeeren besitzen, davon nur ein Beispiel. Der berühmte schwedische Natur= und Heilkundige, Ritter Karl v. Linné, wurde im späteren Alter von empfindlichen Gichtbeschwerden heimgesucht. Eine Prinzessin des königlichen Hauses befragte ihn einst, warum er, als ein so berühmter Arzt, dieses Uebel nicht beseitigen oder wenigstens mildern könne? — „Königliche Hoheit,“ war die Antwort des großen Naturforschers, „allerdings wüßte ich ein Mittel hierzu, allein ich habe nicht das Vermögen mir es anzuschaffen.“ „Und dieses wäre?“ sagte die Prinzessin. — „Erdbeeren Jahr aus Jahr ein frisch zu essen.“ — Die königlichen Gärten bekamen sogleich Befehl, den Tisch Linné's reichlich damit zu versorgen, und er verlor, wie er vorausgesagt, seine Gichtschmerzen.

Man hat beobachtet, daß diejenigen Personen, welche einen schwachen Magen haben, ihn dabei überladen, und eben keine Freunde von wohlgeordneter Diät sind, auf den

Genuß der Erdbeeren Uebelkeiten, Schwindel, aufgetriebenen Leib, Ohnmachten, Magenweh, Hautausschläge und andere Beschwerden erlitten haben. Daraus zogen nun kluge Aerzte die Folgerung: Erdbeeren seien ganz unverdauliche und die Nervengeflechte des Unterleibs heftig erschütternde Früchte. Als ob andere Speisen, welche in einen so gänzlich durch Unmäßigkeiten oder Arzneimittel ruinirten Magen kommen, eine andere Wirkung hervorbrächten? — Und nun bedenke man zugleich, wie und auf welche Weise gewöhnlich Obst genossen wird. — Nicht wenn der Magen nüchtern ist und seine volle Verdauungskraft hat; nein, nach Tisch, wenn wir bereits ihn mit Suppe, Rindfleisch und Gemüse, Fisch und Brühe, Braten und Salat, Mehlspeise und Brod über die Gebühr angefüllt haben. Ja man treibt den Unsinn so weit, Erdbeeren zum Nachtisch mit Wein oder Milch zu essen. — Nicht nur ich, sondern eine Menge anderer Aerzte versichern, daß Kranke mit schwachem aber nüchternem Magen ein auch zwei Untertassen voll Erdbeeren, mit frischem Wasser vorher gewaschen und mit Zucker bestreut, ohne die mindesten üblen Folgen zu verspüren, zu sich nahmen. — Das rechte Maaß, die rechte Zeit und am rechten Ort, sind die drei Dinge in der Diätetik oder Lebensordnungslehre, von denen fast mehr die Verdau- oder Unverdaulichkeit der Nahrungsmittel abhängt, als von deren eigenthümlichen Beschaffenheit.

m) Die Heidelbeeren, Blaubeeren, Schwarzbeeren, Bickbeeren, schwarze Besinge.

Wer von meinen Lesern hätte sie nicht schon selbst aufgesucht, wenn er in den heißen Julitagen mit durstigem Gaumen einen Wald durchwanderte? — Sie besitzen einen blauschwarzen Saft, welcher einen dauerhaften Farbestoff mit sich führt. Man ißt sie mit Wein, Milch, u. s. w., roh oder gedämpft, als Gemüse und Suppen. In der Ruhr

und andern Durchfällen dient ihr Saft als stopfende und stärkende Arznei.

Eine Abart sind die Moos-, Trunkel-, Jäger-, Käs-, Bruch- oder Kuhrecken-Beeren, welche größer, mehr grau, aber im Geschmack den Heidelbeeren gleich sind. In Menge genossen, sollen sie betäuben.

Die Preisel- oder rothen Heidelbeeren gehören zu den herben Früchten.

Capitel 21.

Sauere Pflanzenspeisen.

Diese Gattung Nahrungsmittel besitzt in ziemlicher Menge ein scharfes saures Salz mit schleimigen und erdigen Theilen gemischt. Dieses Salz bewirkt eine Zusammenziehung, und erregt in den Geschmacksnerven jene eigenthümliche Empfindung, welche wir nach dem Genusse starksaurer Dinge bemerken. Die Zähne werden stumpf, und die Speichelabsonderung vermindert sich, oder es geht ein wasserheller, dünner Speichel ab. Dieß Alles deutet darauf hin, daß diese scharfgesäuerten Speisen einen starken Reiz auf die äußeren oder auch inneren Theile des Körpers hervorzubringen im Stande sind; daß sie die Verdauung befördern, der Fäulniß der Säfte wehren, und durch ihre Schärfe schwer auflösliche Stoffe zersetzen können. Zugleich lassen sich auch daraus die Bedingungen folgern, unter welchen sie im kranken Körper von Vor- oder Nachtheil sein können. — Bei denjenigen Menschen, wo die Empfindlich- und Reizbarkeit erschlafft, die auflösenden Eigenschaften des Magen- und Gallensaftes vermindert oder gänzlich zerstört sind; die allgemeinen Körpersäfte eine große Neigung zur Fäulniß haben, das Blut mehr als zuträglichen

Wärmegrad besitzt, müssen sie vortreffliche Wirkungen äußern können. Deßgleichen, wo Stoffe sich in Organen der Unterleibshöhle angehäuft und verdichtet haben, welche die Natur mit ihren gewöhnlichen Kräften nicht mehr allein aufzulösen im Stande ist.

Dagegen wo ein Ueberfluß von Säure sich schon im Körper befindet, die Eingeweide sehr reizbar und das Nervensystem in hohem Grade dadurch aufgeregt ist, und wo die Gedärme von ihrem geschmeidig machenden Schleim entblöst sind, werden scharfsaure Speisen alle diese krankhaften Erscheinungen vermehren, und müssen aus dem Grunde also für den menschlichen Körper schädlich sein.

Endlich, weil sie ein weniger gleichartiges Gemisch von ihren einzelnen Bestandtheilen haben, vielmehr einer derselben, die Säure, überwiegend und vorschlagend ist, muß bei ihrem Genuß dieser Punkt, vorzüglich bei Kranken, berücksichtigt und darnach eingeschränkt werden.

a) Der Ampfer, Sauerampfer.

Eine bei uns allgemein bekannte und auf allen Wiesen wachsende Pflanze, deren Stängel und Blätter einen sauren, jedoch nicht so sehr scharfen Saft besitzen. Man baut ihn auch in den Gärten und unterscheidet dort den großen spanischen, und Sauerampfer mit runden Blättern. Letztere werden allein in der Küche benützt als Gemüse unter dem Kräutersalat oder als Zuthat beim Fleischbrühkochen.

b) Portulak, Burzelkraut.

Der wilde besitzt eine herbe Säure, der zahme weniger. Von letzteren hat man den Garten- und den Kohlportulak. Es werden die grünen, keilförmigen Blätter ebenso wie beim Sauerampfer gebraucht. In Frankreich ißt man die zarten Stängel als Salat.

c) Liebes-, Melanzen-, Gold- und Tollapfel. Melongène. Aubergine. Lycopersicum.

Ein Staudengewächs, welches in Südeuropa heimisch ist, und eine große, runde, an beiden Enden zusammengedrückte, überall tiefgefurchte Frucht trägt, welche eine violett- oder purpurfarbig-grauliche Haut und weißes festes, klebriges und sehr saures Fleisch hat. In den Südländern gebraucht man sie häufig, um die Suppen säuerlich zu würzen, oder macht sie ein wie die Gurken, wodurch sie sehr unverdaulich werden. Gekocht geben sie eine wohlschmeckende und leicht verdauliche Speise.

d) Die Citrone oder Limonie.

Ihre Größe ist sehr verschieden, ebenso die Glätte oder Rauhigkeit ihrer Haut, die Dicke oder Dünne der Schaale, die Menge des Fleisches und Saftes und die mehr oder minder herbe Säure. Die kleinere Gattung, welche länglicher, dünnschaaliger und saurer ist, führt besonders den Namen Limonie. Sie ist vielleicht die wahre wilde Citrone, wenigstens wird sie auf unbewohnten Inseln häufig angetroffen, und ist eine Erquickung für das Schiffsvolk, wie uns die Seefahrer berichten.

Die Eigenschaften einer guten Citrone sind: viel Saft, aber wenig weißes Fleisch und keine sehr dicke Schaale. Die großen sind dieses selten, und zuweilen sogar bitter.

Um sie aufzubewahren, legt man die Citronen an einen luftigen und trockenen Ort, einzeln jedes Stück in Löschpapier gewickelt.

Der Citronensaft ist von den ältesten Zeiten her in der Krankenküche verwendet worden. Man hat ihn zum Wasser geschüttet und Fieberkranken als Limonade gegeben, oder die von der Schaale und dem weißen Pelz befreiten Citronen in Scheiben geschnitten und mit vielem Zucker bestreut als ein Kühlungsessen verspeisen lassen. Die Aerzte wissen,

daß der Saft bei manchen Vergiftungen, vorzüglich betäubenden Giften, ein herrliches Rettungsmittel abgibt. Die Schriften der Doktoren des Mitelalters sind voll vom Lobe dieser Säure. Man gebrauchte und wendet sie noch an in Gallen- und fauligen Ruhren, in der Pest, dem Wundfieber, Flecken- und hitzigen Fiebern, dem Seitenstechen und Krankheiten, die vom dicken Blut herkommen. So viel läßt sich mit Bestimmtheit sagen: der Citronensaft und der Essig haben die Eigenschaft, viele Speisen mürber und zarter, somit auch leichter verdaulich zu machen.

Die Schaalen besitzen ein flüchtiges, wohlriechendes, aber zugleich erhitzendes Oel, was auf der Zunge einen brennenden Geschmack und leicht Kopfweh erregt. Die in Zucker eingemachten, Citronat, sollen Blähungen treibend und stärkend sein. — Meiner Meinung nach thut man besser, ihn Kranken und Genesenden zu versagen. Ich rechne ihn unter diejenigen Gewürze, von deren Schädlichkeit (siehe das Capitel über die Gewürze) ich mich überzeugt halte, und habe ihr deßwegen hier schon erwähnt, weil die Beschreibung der ganzen Frucht eine passende Gelegenheit gab. Das Weitere werden die geehrten Leser in dem erwähnten Abschnitt erfahren.

Die Citronenkerne, welche einen ungemein bittern Geschmack haben, sind ein Würmer-treibendes aber auch gerade nicht empfehlenswerthes Mittel.

e) **Die sauren Kirschen.**

Sie besitzen zwar eine herbe Säure, welche jedoch im reifen Zustand mit einer gewissen Süßigkeit gepaart ist. Man ißt sie nicht allein roh, sondern auch als Compôt, und in diesem Zustand, ohne Gewürz gehörig zubereitet, können sie auch eine für Kranke gesunde und sehr angenehme Speise abgeben, wenn sie nicht in Menge genossen werden.

1) Die frühzeitige Zwergkirsche. **Cerise nain précoce.** Das Fleisch ist weiß, etwas weniges trocken und röthlich bei voller Reife; der Saft sehr sauer. Sie reift zu Ende des Mai vor Anfang Juni unter den Stein- und Kernfrüchten mit zuerst. Man verbraucht sie roh, als Compôt und eingemacht.

2) Gemeine rothe saure Kirsche. Amarelle. Weichselkirsche. Diese Gattung hat eine Menge Abarten; man findet kleine und große, herbe, bittere, saure und süßsäuerliche, welche letztere von den Franzosen **Aigrelets** oder **Aigredoux** genannt werden. Bei uns bezeichnet man sie nur mit dem Namen Morellen oder Amarellen. Sie reifen Ende Juli, im August und September. Gebrauch wie bei der vorigen Gattung.

3) Bouquetkirsche. **Cerise à Bouquet.** Führt darum diesen Namen, weil die Früchte büschelweis und sehr gedrängt an einem Stiel sitzen. Das Fleisch ist weiß, der Saft herbsauer, aus welchem Grund die Frucht auch selten roh, sondern nur gekocht gegessen wird. Sie zeitiget in der Mitte Juni.

4) Späte Kirsche. Allerheiligen- oder St. Martinskirsche. **Cerise tardif. De la Toussaint. St. Martin.** Herbsauer, reift im September.

5) Schwarzsauerkirsche, Weinkirsche, deutsche Griotte. Viel Saft, der, wenn von der Sonne gehörig gekocht, angenehm säuerlich, sonst herbsauer ist. Reift Mitte Juli.

f) Johannisbeeren. Zeitbeeren.

Man hat von diesem beliebten Obst verschiedene Sorten; die gewöhnlichste und beste ist die rothe Johannisbeere, **Groseilles à grappes.** Sie werden mit Zucker zur Kühlung gegessen, und sind, bis auf die Häute, leicht verdaulich, gesund und befördern den Stuhlgang. Ferner macht man sie auf verschiedene Weise ein, als Sulzen, Geléen, Compôt, Syrup, Pasten, die den Kranken, sobald sie ohne Gewürz bereitet worden, in geringer Menge wohl bekommen.

Die weißen Johannisbeeren haben mehr Säure, als die rothen; die schwarzen oder Alantbeeren einen

zwar süßeren aber wanzenartigen Geschmack und Geruch, aus welcher Ursache ihnen besondere Heilkräfte zugeschrieben werden.

Capitel 22.

Herbe Obstspeisen.

Sie besitzen eine noch durchdringendere und zusammenziehendere Säure, als die vorhergehenden, und manche enthalten einen wahren Gerbestoff. Aus diesem Grunde können wir auch abnehmen, wie sie auf den menschlichen Körper zu wirken vermögen. In Krankheiten, wo tonische oder stärkende und zusammenziehende Mittel wohlthätig sind, können sie zuweilen mit Vortheil angewendet werden; allein Rücksprache mit dem Aezt oder seine Verordnung hierzu, sind schlechterdings nothwendig; denn unvorsichtiger Gebrauch derselben kann vielen Schaden stiften. — Die unreifen Früchte gehören, wie wir sahen, auch zu den herben Nahrungsmitteln, sind aber noch weniger anwendbar, als die von der Natur herbgeschaffenen. Letztere werden durch längeres Liegen, durch die Wärme oder den Frost milder, mehlig, sogar zuckerhaft, und passen sich dann eher als Speisen. Roh genießt man sie sehr selten, und in größerer Menge sie zu sich zu nehmen, wäre der Mensch nicht im Stande, sie widern ihn an.

a) Herbe Birnen.

1) Wilde, Holz-, Feld-, Wurzbirne. Strengling. **Etranguillon. Angloise.** Der Geschmack ist herbsauer. Man bäckt sie aber und benützt sie in den Landwirthschaften zu Mus, Birnensaft, Branntwein und Essig. Für Kranke ist sie nicht zu gebrauchen.

2) Claretenbirne. Das Fleisch ist weiß, körnig, brüchig, und mit vielem süßlichen, nachher herbschmeckenden

Saft versehen. Man kann sie nicht roh essen, sondern macht sie in Senf ein. Sie zeitigt zu Ende des Septembers und wird zum Gebrauch im Oktober gut.

3) Kramerbirne. Höckerbirne. **Poire de merlier.** Ihr Fleisch ist fest, brüchig, und von äußerst herbem Geschmack, welcher aber süß wird, wenn der Wurm die Birne gestochen hat. Läßt man sie hängen, bis die ersten starken Reifen kommen, und pflückt sie dann vorsichtig, weil sie an gedrückten Stellen gern fault, so hat man bis in das Frühjahr eine der vorzüglichsten Kochbirnen.

4) Hasel- oder doppelte Rietbirne. Herben sauern Geschmack. Ist Ende Oktober abzunehmen, und vorzügliche Kochbirne.

5) Winterbonchretien. Kommt nur in heißen Sommern bei uns zur Reife. Reift im Oktober, dauert bis in den Januar und schickt sich ebenfalls nur zum Kochen.

6) Catillac. Das Fleisch ist hart und der Saft strenge. Hält sich von Weihnacht bis in den Mai. Sehr gute Koch- und Bratbirne.

7) Pfund- oder graue Rechenbirne. **Poire de livre. Gros bateau gris.** Sie ist sehr groß, so daß einzelne mehrere Pfund wiegen. Hält sich vom November bis in den Januar, und schickt sich ebenfalls sehr gut in die Küche.

b) Herbe Aepfel.

1) Der Holz- oder wilde Apfel. Kommt von dem durch ganz Europa verbreiteten wilden Apfelbaum, und ist so herb, daß er nie roh, selten gekocht gegessen, und fast nur zur Essig- und Branntweinbereitung benützt wird.

2) Der Franzapfel. **Pomme de Francatu.** Festes, saftiges, herbes, jedoch durchs Liegen süßer werdendes Fleisch. Der Apfel hält sich lange und dauert oft beinahe ein Jahr. Reift im November.

3) Castanienapfel. **Pomme de Chataigner ou de Matrange.** Hat einen herben Geschmack, wie wilde Castanien. Ist in jeder Hinsicht unbrauchbar.

c) Quitte, Quittenapfel, Quittenbirne. Sie wird bei uns in den Gärten gezogen. Die Frucht ist mehr oder weniger länglich, birnenrund, apfelförmig und eckig.

Die Frucht hat einen angenehm aromatischen Geruch, hartes, saftiges und herb-sauerbitterliches Fleisch, welches roh ungenießbar ist. Dagegen gekocht oder eingemacht geben sie, auch für Kranke, eine recht angenehme Speise. Die Quitten von dem portugiesischen Quittenbaum sind dazu am brauchbarsten, und bekommen durchs Kochen eine purpurrothe Farbe, sind weich und süß. Der aus den Kernen durch Schütteln mit kaltem Wasser bereitete Schleim ist kühlend und schleimlösend, auch kann er verwendet werden um die Häute des Mundes und Halses, des Magens und der Gedärme gegen scharfe, ätzende Dinge zu schützen.

d) Moosbeer, Sumpf- oder Krähenbeere. Pauschgrün. **Vaccinium Oxycoccos Linné.** Eine Frucht von der Größe einer kleinen Erbse und scharlachrother Farbe. Ihr Fleisch ist weich, weißgrün und herbsauer. Sie werden in Wein und Zucker eingemacht.

e) Rothe Heidel- oder Preißelbeere. Auch Kronhölperle, Stein- oder Rauschbeeren. Durch ganz Deutschland wild. Rothe, fleischige Beeren. Reifzeit im August und September; herbsauer, daher roh nicht genießbar. Sie werden wie die vorigen, nur viel häufiger, benützt, und geben ein für Gesunde und Kranke passendes Zugemüse zu Braten und Rindfleisch.

f) Berbers-, Berberitzenbeere. Sauerdorn. Saurach. Erbsel. Erbshöfen. Weinschädling. Weinschierling. Essigdorn. Saffendorn. Versig. Das Fleisch dieser sehr bekannten Frucht ist schmelzend und hellroth. Der Saft häufig, aber herbe und roh nicht genießbar. Die Frucht reift im September. Durchs Kochen und Versetzung mit Zucker verliert sich die scharfe Säure, und der Saft kann dann in der Küche zu säuerlichen Speisen und Getränken für Fieberkranke benützt werden.

g) Mispel. Ebenfalls wie die vorige durch halb

Europa wild, und in den Gärten veredelt. Die Frucht, von der Größe einer Castanie, ist wie die Quitte mit feiner Wolle bedeckt, und von braunrother Farbe. Durch einige Fröste wird diese Frucht mild und weich; dann nimmt man sie von der Staude, trocknet jede mit einem Tuch rein ab, und hebt sie an trocknem Orte auf. Sie hat dann einen weinsäuerlichen Geschmack, und ist nicht ungesund; nur müssen Körner und Schaalen ausgespuckt werden. Man genießt sie auch gedämpft.

h) Die Sorbenbeere. Sprieling. Erschritze. Arlesbeere. Zahme Vogelbeere, u. s. w. Wächst im südlichen Deutschland wild. Man hat verschiedene Sorten, welche in Größe, Gestalt und Farbe abweichen. Die gewöhnliche ist gelbrother Färbung, gelbem Fleisch und herbsauer. Wenn sie durchs Liegen teig geworden ist, wird sie in Zucker eingesotten und als Compôt gespeist.

i) Welsche Azerole. In Südeuropa wild, bei uns in den Gärten. Eine rothe, rundliche, der Mispel an Größe gleichkommende Frucht. Säuerlich-herb und gibt eingemacht ein gutes Compôt.

k) Hagebutten. Wiepen. Hahnebutten. Die Früchte der wilden und zahmen Rose. Erstere werden allein in der Küche benützt. Sie besitzen die Eigenschaft zu stopfen und sind blähend. Die Suppe davon ist wohlschmeckend und auch für Kranke passend.

l) Cornel-, Garn-, welsche Kirsche, Ziserle, Kur-Ruhrbeere, Dörling, Thierlein, Dierlitze, Herrlitze. Im gemäßigten und südlichen Europa wild, und in den Gärten veredelt. Die Pflanze bald baum- bald strauchartig. Die Frucht steht einzeln oder büschelweise, und hat die Form und Größe einer mittleren Olive. Anfangs grün, färbt sie sich im August und September, ihrer Reifzeit, erst hell- dann blutroth; doch gibt es auch welche,

die eine wachsgelbe oder weiße Farbe haben. Die Haut ist äußerst fein, das Fleisch anfangs sehr herbsauer, wird bei der vollkommenen Reife milder und säuerlich süß, obschon sie ihre Herbe nicht ganz verliert. Im Ganzen verdient diese Frucht unter den herben Früchten das meiste Lob. Sie ist gesund, kühlend, urintreibend und etwas abführend. Nur versteht sich, daß sie immer vollkommen reif sein muß. Ihrer guten Eigenschaften wegen hat man sie früher häufig in den Apotheken benützt. Gekocht oder eingemacht gibt sie ein herrliches Krankenessen. Die nach Art der Oliven eingelegten grünen Corneliuskirschen taugen für unsern Zweck nicht, denn sie sind sehr unverdaulich.

m) Die Schlehe. Schwarzdorn, wilde Pflaume. **Prune sauvage.** Die ärmere Klasse ißt sie häufig roh, namentlich wenn sie ein Frost getroffen hat, wodurch sie süßlich werden, aber auch gebacken oder gekocht. Man hat auch in den Gärten eine Gattung süßer Schlehen, welche einen weinsäuerlichen, jedoch immer etwas herben Geschmack besitzen. — Beide Gattungen werden in der Krankenküche durch andere Früchte hinreichend ersetzt.

Capitel 23.

Scharfe Gemüse.

Sie bilden den Uebergang zu den Gewürzen, und werden theilweise als solche auch schon benützt. Ihre Bestandtheile sind ein Gemisch von schleimig-erdigen Theilen, Wasser und einem eigenthümlich scharfen Stoff, welcher durch die Wärme zum Theil verflüchtiget werden kann. Es erregt letzterer auf der Zunge einen bald prickelnden, bald beißenden, bald stechenden Geschmack, der besonders bei reizbaren Personen so heftig werden kann, daß Thränen in die Augen

treten. Durch diese Eigenschaften unterscheiden sich die Gemüse dieser Art deutlich von den herben Speisen, obschon sie in den Wirkungen, welche sie auf unsern Körper hervorbringen, jenen ähnlich sind. Sie reizen nämlich den Appetit, befördern die Verdauung, wirken auf den Schweiß und Urin, ziehen zusammen, und treiben die Blähungen ab. Hieraus ergibt sich nun klar, welchen Menschen der Genuß der scharfen Gemüse zuträglich, und welchen er schädlich sein wird.

Bei denen die gallige Constitution vorherrschend ist, den Cholerischen und Melancholisch-cholerischen, wären sie sehr übel angebracht. Sie würden Schwind- und Gallensuchten, Blutflüsse u. s. w. befördern und sogar erzeugen können. Bei Solchen dagegen, bei denen das Blut vorherrschend in der Constitution ist, wie bei den Phlegmatischen, Melancholischen, zum Theil auch Sanguinischen, wo also ein dickes schleimiges und wässeriges Blut eine Hauptursache ihrer Leiden ist; ferner bei Solchen, die zu Verstopfungen aller Art geneigt sind, und wo sich Wassersucht ausbilden könnte, da sind sie angezeigt, und haben schon oft genug treffliche Dienste geleistet.

a) Rettig. **Rave.** Bekanntlich werden nur die Wurzeln der Pflanze gegessen, von denen es verschiedene Gattungen gibt, die sich durch Gestalt, Farbe und Größe unterscheiden. Man hat weiße, schwarze und graue Rettige, von denen der kleinköpfige die wenigste Schärfe hat. Eine besondere Art sind die Radieschen oder süßen Rettige, die süßlich scharfen Geschmack besitzen, kugelrund oder länglich, klein und von rother oder weißer Farbe sind. Man ißt den Rettig roh mit Salz, er verlangt aber einen guten Magen und bläht. In Baiern ist er zum Bier ein sehr häufiges und beliebtes Nahrungsmittel; aber in dieser Vereinigung sicher nicht gesund; man hat schon die heftigsten

Koliken darnach entstehen sehen. Den rohgepreßten Saft mit Honig gebraucht man als kräftig auflösendes Brustmittel. Einen sehr guten Salat kann man erhalten, wenn man die frühen Sommerrettige in einen Keller in Sand schlägt, und sie zu Zeiten begießt. Es kommen sehr schöne weiße Keime dann, welche eine vortreffliche Speise geben.

b) Meerrettig. **Raifort.** Die Wurzel, welche lang und mitteldick ist, hat noch bei weitem mehr Schärfe, als der gewöhnliche Rettig; nur wird dieses von dem Boden bedingt, welcher sie bald scharf, bald bitter, bald sogar süß macht. Man ißt den geschabten Meerrettig mit Milch und Fleischbrühe gekocht, oder mit Essig und Oel oder Zucker als Salat zum Rindfleisch, was ohne Zweifel die Verdauung befördert. Er bläht weniger, treibt kräftig den Urin, ist auflösend, und dient daher in vielerlei Krankheiten als wahre Arznei.

c) Die Kresse. Unter sämmtlichen scharfen Gemüsen nebst den Zwiebeln wohl das empfehlenswertheste; man hat von ihr folgende Arten:

1) Die Gartenkresse. **Cresson des jardins.** Sie ist fast die erste Salatpflanze im Frühjahr, und besitzt einen säuerlich-scharfen und etwas bittern Geschmack und Geruch.

2) Brunnenkresse. Wasserkresse. **Cresson d'eau.** Sie hat einen etwas schärferen Geschmack als die Gartenkresse, ist bitterer und von anderem Geruch als diese. Sie wächst in klaren, sonnigen Bächen, vorzüglich gern in der Nähe von Quellen. Im Winter ist die Brunnenkresse weit besser und zarter, als im Sommer. Man benützt sie noch lieber in der Küche als die Gartenkresse. Auf Butterbrod, als Gemüse und Salat, ist sie eine gleich vorzügliche Speise, die Appetit erweckt, blutreinigt, urin- und gelinde schweißtreibend ist. Man hat sie in Stein-, Gicht- und Scharbockübeln empfehlen.

3) Indianische oder Capuzinerkresse. **Cresson d'Inde. Capucine.** Man zieht sie bei uns in den Gärten. Die ganze Pflanze, Knospen, Blumen, Früchte und Blätter, hat einen angenehmen Geruch und gewürzhaft süßlich-

scharfen Geschmack. Die verschlossenen Blumenknospen, wie die Kapern eingemacht, sind noch angenehmer als diese.

d) Löffel- oder Scharbockkraut. **Herbe aux cueillerées.** In Nordeuropa wild und kräftiger als die bei uns in den Gärten gezogene Pflanze. Das vorzüglichste Kraut wider den furchtbaren Scorbut oder Scharbock, gegen welchen schlimmen Krankheitszustand das Kraut am besten in seinem frischen Zustand wirkt. Das getrocknete Kraut verliert die Schärfe im Geruch und Geschmack, und behält nur die Bitterkeit. Es wird zum Theil frisch gekocht, auf Butterbrod, oder als Salat den Kranken gegeben. Auch der ausgepreßte Saft ist von großer Wirksamkeit. Gegen blutendes Zahnfleisch und Mundfäule ist das Löffelkraut ein herrliches Mittel, und man sollte es in den Gärten weit häufiger anbauen, als es jetzt geschieht, wegen seiner blutreinigenden Kräfte.

e) Dragon. **Estragon.** Zittwerkraut. Bertram. Schlangenkraut. Kaisersalat. Man findet diese Pflanze häufig bei den Gemüsegärtnern, und ist auch als gesundes, angenehmes Gewürz sehr zu empfehlen. Sie hat schmale, dunkelgrüne Blätter, welche einen scharfen aber gewürzhaften Geschmack besitzen, die man zum Einmachen der Gurken gebraucht. Mit Essig angesetzt, geben sie einen vorzüglichen Salat- und Speiseessig, der auch in der Krankenküche mit Vortheil anzuwenden ist.

f) Rauke. Weißer Senf. Wilder Senf. **Roquette.** In Italien, Frankreich, England, Holland wild, und bei uns auf den Aeckern gebaut; mit rauhen Blättern, die man mit anderen Kräutern, weil sie allein zu scharf wären, zum Salat benützt.

g) Gemeiner oder schwarzer Senf. **Moutarde.** Er wächst wild und in den Gärten gezogen; hat glatte, viereckige Schooten und kleine, runde, braune Saamen-

körner, die zerbissen die Lippen und Zunge brennen und die Nase reizen. Man gebraucht sie zum Mostricht oder Senf, der theils mit Essig oder Weinmost eingemacht zum Rindfleisch und anderen Speisen als scharfes Gewürz, oder zu Brühen u. s. w. benützt wird. Der Senf soll den Magen stärken, die Verdauung befördern, den Appetit erwecken, das Blut erwärmen, die Säfte zertheilen und Speisen auflösen. Sein allzuhäufiger und übermäßiger Gebrauch dagegen reizt ungemein, erhitzt, macht scharfe Galle und Säfte, und taugt allen etwas lebhaften Menschen nicht; den Kranken aber noch viel weniger. Mit indischen Gewürzen versetzt ist er ein wahres Gift, vor dessen Gebrauch die Aerzte nicht streng genug warnen können.

h) Knoblauch. Gartenknoblauch. Ail. Ein Zwiebelgewächs. Es bildet in der Erde Knollen, die aus mehreren kleinern Zwiebeln, von krummer, oben spitziger unten breitrunder, und mit scharfer Kante versehenen Gestalt. Sie haben eine lichtbraune feine Haut, unter der sich das weiße, harte, scharfschmeckende und eigenthümlich riechende Fleisch befindet. Der Knoblauch ist von allen Lauchen der schärfste. Man braucht den gelinderen Wald- oder Graslauch lieber. Zwischen seinen Blumen hat nämlich dieser Bündel von Zwiebeln, die von der Größe und Gestalt einer Erbse und mit violetter Haut überzogen sind. Sie schmecken viel feiner und weniger scharf, als die Zwiebeln aus der Erde, und können beim Braten als Gewürz auch in der Krankenküche verwendet werden.

Des Knoblauchs flüchtige Theile sind so fein, daß sie ihren Geruch dem Athem, dem Schweiß, der Milch und dem Harn mittheilen. Hieraus sieht man, daß sie im Stande sind, den ganzen Körper zu durchdringen, und durch ihre andern Kräfte auf ihn zu wirken. Wo daher der freie Säftelauf durch Schleimanhänfung gehemmt und unter-

drückt ist, die Verdauung schlecht von statten geht, da empfiehlt man ihn mit Recht als ein eröffnendes, verdünnendes und reizendes Mittel. Man genießt ihn dann roh oder als Beisatz zu andern Speisen. Auch mit Butterbrod, wie die Brunnenkresse.

i) Die Zwiebeln. **Oignon.** Sie bilden ein unentbehrliches Stück bei dem Kochen einer Menge Speisen. Die Wurzeln sind von verschiedener Farbe und Gestalt, haben unter dem trocknen, feinen, weißen oder röthlichen Häutchen, ein weißes, festes Fleisch, das Augen, Zunge und Nase stark zu reizen vermögend ist. Auch die Blätter haben den Geruch und Geschmack der Wurzeln, nur in geringerem Grade. Ihre Abarten lassen sich nicht mit Bestimmtheit erzeugen, sondern verändern sich bei ein und derselben Gattung nach Boden, Lage und Clima völlig. Von den größeren hat man die Winter- oder Jakobszwiebel, die spanische Zwiebel und die egyptische Zwiebel. Die weiße Sorte wird für die vorzüglichste gehalten. In den Südländern, wie Griechenland und Spanien, verlieren die Zwiebeln sehr an dem scharfen Geruch und Geschmack, und man hat Zwiebeln, die so süß und schmackhaft durchs Braten werden, wie die Castanien. Der Zwiebelsaft wird in Brust- und Wassersuchtsübeln medicinisch benützt.

Die Schalotten. **Echalottes.** Jede Zwiebel enthält unter einem gemeinschaftlichen Häutchen mehrere kleine Zwiebeln, von der Größe und Gestalt des Knoblauchzwiebels, wenig scharfem, süßlichem Geschmack und nicht unangenehmem Geruch. Ihnen sehr ähnlich sind die Zibollen, **Ciboules**, die man nur im Frühling gebraucht. Sie besitzen breitere und größere Blätter als der Schnittlauch, mit dem sie sonst viel Aehnlichkeit haben, und kaum unterschieden werden können. Sie werden nur zum Salat gebraucht.

k) Der Lauch. Porreau.

1) Zahmer, Holz- oder Boistlauch. **Porreau.** Der Wurzelstock und die Blätter dieser Pflanze, welche einen eigenen, zwiebelartigen Geruch und süßscharfen Geschmack haben, benützt man hauptsächlich als Würze für die Fleischbrühe.

2) Schnittlauch. **Cive.** Die röhrenförmigen, dünnen Blätter dieser Pflanze, die wie an den Schalotten büschelweise wachsen, sind beißender aber angenehmer von Geruch und Geschmack als die Blätter des vorigen Lauchs sind. Sie dienen als einfaches und sehr gesundes Gewürz an vielen Suppen und andern Speisen. Im Frühjahr werden sie auch, fein geschnitten, auf Butterbrod verspeist, um letzteres schmackhafter und für den Magen leichter verdaulich zu machen.

Capitel 24.

Gewürze.

Wir haben, wie früher bereits erinnert wurde, einen Theil davon unter den scharfen Speisen kennen gelernt, und wollen nun die übrigen auch noch betrachten. Mit dem Namen Gewürz bezeichnet man in der Kochkunst eine Substanz oder ein Ding, welches an und für sich selten oder nie für den Magen zur Nahrung und Sättigung dienen kann, sondern nur den andern Speisen beigesetzt wird, um denselben einen für die Zunge besseren und auffallenderen Geschmack zu geben, oder schädliche Eigenschaften gewisser Nahrungsmittel zu unterdrücken und zu schwächen, sowie überhaupt den Verdauungswerkzeugen ihre Arbeit zu erleichtern. In diesem Sinne gehören der Wein, das Oel, Salz oder Essig, und viele andere Dinge zu den Gewürzen. Gewöhnlich aber versteht man darunter nur diejenigen Stoffe, welche den Geschmack erhöhen und reizen sollen, und dieses auf eine weit auffallendere Weise thun, als die scharfen,

sauern, herben und süßen Pflanzensäfte. Eine große Menge der gebräuchlichen Gewürze enthalten mehr oder minder ein aromatisches, flüchtiges, wohlriechendes und ungemein erhitzendes Oel, und dieses ist es eigentlich, welches die Speisen würzt, und sie zu gleicher Zeit so schädlich machen kann.

Ueber diesen letzteren Punkt etwas ausführlicher. Wenn man von den Gewürzen jenes Oel trennt, und davon auf die Zunge bringt, so findet man einen ähnlichen Geschmack, als der war, welchen das rohe Gewürz auf die Geschmacksnerven hervorbrachte; zugleich entwickelt sich ein brennendes, stechendes Gefühl, was längere Zeit anhält und in ein förmliches Kratzen im Halse übergeht. Nehmen wir eine größere Menge von solchem flüchtigen Oel zu uns, so wird dieses Brennen auf der Zunge weit stärker, es entstehen schmerzende Blasen; im Magen das Gefühl von Wärme die zuletzt ebenfalls in Brennen übergeht, Ekel, Aufstoßen, Betäubung und Kopfschmerzen gesellen sich hiezu, und dem Körper bleibt mehrere Tage die Empfindung, als seien ihm alle Glieder geschlagen worden. Ein deutlicher Beweis, welche heftige und üble Wirkungen dieses Oel im Körper hervorbringen muß, zumal da seine Flüchtigkeit alles zu durchdringen im Stande ist.

Die Erscheinungen haben große Aehnlichkeit mit denen, welche nach dem Genuß mehrerer betäubenden Gifte sich einstellen.

An und für sich enthalten die Gewürze selbst dieses Oel nur in sehr geringer Menge, und zwar vermindert es sich mehr und mehr, je weiter nördlich das Gewürz gebaut wurde. Die, welche wir aus dem heißen Ost- und West-Indien erhalten, sind daran am reichhaltigsten.

Woher kommt es aber nun, wenn der schädlichen Theilchen so wenig in den Gewürzen sind, daß sie uns schaden, genießen wir doch fast mit allen Speisen, sie mögen Namen

haben wie sie wollen, unverdauliche, also auch schädliche Dinge? Die Antwort hierauf ist nicht schwer zu geben. Allerdings würde der sehr eingeschränkte und seltene Gebrauch, namentlich einiger Gewürze, nicht nur nicht verwerflich, sondern sogar anzurathen sein. Allein wenn wir bedenken, in welcher Menge, unter wie vielerlei Gestalt und Zusammensetzung wir die hitzigsten Gewürze täglich zu uns nehmen, so leuchtet ein, daß dieses nur zum Verderben unseres Körpers geschehen kann. Und was den Einwurf anbetrifft, daß wir mit anderen Speisen ebenfalls unverdauliche, folglich schädliche Sachen genößen, so darf man sich nur erinnern, daß der Magen und die Gedärme dergleichen fortschaffen, dagegen eben diese leichte Verdaulichkeit der Gewürze es ist, was ihre erhitzenden Bestandtheile in die Säfte führt und sie verdirbt. Man beobachte Menschen von lebhaftem Temperament, die sich dem häufigen Genuß stark gewürzter Speisen und Getränke ergeben, wie schnell sich die Lebenskräfte verzehren, Galle und Blut aber die übelste Beschaffenheit annehmen werden.

Ich weiß wohl, daß durch diese Bemerkungen der Gebrauch der Gewürze nicht verdrängt werden wird; dieses hoffe ich auch und verlange es nicht. Allein eingeschränkt wünschte ich ihn zu wissen, und zwar so viel möglich auf unsere einheimischen Gewürze. Ferner war es meine Pflicht, auf ihre Nachtheile dringend aufmerksam zu machen, um sie wenigstens so viel möglich aus der Krankenküche zu verbannen.

An das schöne Geschlecht richte ich deßhalb meine Bitte, da der Priester des Aeskulaps so wenige sind, welche sie anhören. Sie, meine verehrten schönen Leserinnen, ergreifen sie auch das Regiment in der Krankenküche, da es die, denen es ihre Wissenschaft verlieh, so schlecht zu ver-

walten wissen. Der Wille der Frauen setzt größere Dinge durch, warum sollte er hier seine Macht verloren haben?

Halten Sie sich versichert, daß einem Genesenden, der der Stärkung bedarf, alle jene sogenannten stärkenden Morsellen, eingemachte Ingwer ꝛc., nicht halb so viel helfen werden, als täglich ein einziges Glas guter Wein, eine leicht verdauliche aber nahrhafte Kost und das krystallhelle frische Wasser zum Getränk. Es sind nur tief eingewurzelte Vorurtheile, die durchaus in die kaum erstarkende Natur Essenzen und Tinkturen von tonischen Arzneien hineingießen wollen, und außerdem gleich von Zehrfiebern, Wassersuchten und Schwindsucht träumen. Wahrlich durch dergleichen werden diese Uebel nicht abgehalten, vielmehr ernährt, weil das Blut von neuem verunreinigt wird.

Wollen Sie Ihre Kinder zu gesunden, starken und blühenden, wohlgebildeten Menschen heranwachsen sehen, so hüten Sie dieselben, daß sie weder im gesunden noch kranken Zustand mit gewürzten Speisen gefüttert werden.

Ein Kind, das bei leichter Kost, reinem Wasser zum Getränk, und in der Nacht mehr hartem als weichem Lager seinen Schlaf haltend, aufgezogen wurde, muß zehnmal eher jene Entwicklungsperioden, die mit so vielen Gefahren für die Kleinen verknüpft sind, überstehen können, als ein anderes, dessen Säfte durch zu stark gewürzte Nahrung verderbt, und sein Körper für die mindeste Einwirkung von außen empfindlich ist.

Die Folgen, welche der häufige Genuß der Gewürze nach sich zieht, sind schrecklich. Es entstehen Gicht, Hypochondrie, alle möglichen Unterleibsübel, Nervenschwäche mit Zittern der Glieder, hitzige und faulichte Fieber, Blutflüsse, ekelhafte Ausschläge und Geschwüre.

Wir wollen nun dieselben mit ihren Eigenschaften näher

lernen, um uns noch mehr zu überzeugen, welche Feinde unserer Gesundheit sie sind:

a) Die Muskatnuß oder Muskatblume. Sie kommen von den molukkischen Inseln, und werden jetzt auch in Südamerika gebaut. Der Baum trägt eine Birne, die kein eßbares Mark enthält, aber eine Nuß mit einem Kern einschließt. Die Nuß hat drei Häute, wovon die mittlere, netzförmige, die Muskatenblüthe abgibt. Der Kern hat die Gestalt einer kleinen Olive, ist hart, besteht ebenfalls aus einem netzförmigen aber sehr dichten Gefüge mit grauröthlicher Farbe. In beiden befindet sich ein halb fettes, halb flüchtiges oder ätherisches Oel von sehr angenehmem und durchdringendem Geruch. Eine ganz geringe Menge geriebene Blüthe oder Kerne kann diesen Geruch und Geschmack einer großen Quantität Speisen mittheilen. Das Oel ist eines der erhitzendsten. Die äußere Schaale des Kerns macht man in Ostindien ein und verspeist sie bei der Tafel als Leckerbissen, der durch öfteren Genuß, wie Rumph erzählt, den Kopf einnimmt, das Gedächtniß zerstört, Schlaf erregt, den Magen schwächt und den Appetit mindert.

b) Der Pfeffer. Kommt aus beiden Indien in verschiedenen Sorten, wovon man die weißen und schwarzen am häufigsten benützt; den langen aber wegen seiner auffallenden Schärfe selten gebraucht. Der schwarze Pfeffer ist anfangs grün, dann roth, und erst getrocknet wird er schwarz. Das Oelige des Pfeffers ist weniger scharf als dessen harzige Theile. Der weiße Pfeffer unterscheidet sich durch geringere Schärfe. Zückert warnt schon nachdrücklich vor seinem häufigen Genuß, und gibt den guten Rath, ihn entweder ganz oder nur gröblich zerstoßen bei jenen fetten Speisen zu genießen, die eine erhöhte Verdauungsthätigkeit nöthig machen. Da nun Kranke solche fette Kost am aller-

wenigsten bekommen dürfen, so fällt natürlich auch der Pfeffer weg. Den verdorbenen Magen oder Hypochondrie mit Pfefferkörnern heilen zu wollen, ist ein irriger Wahn. Man wird das Uebel für einige Zeit unterdrücken, um es später desto heftiger hervorbrechen zu sehen. Vor dem in Norddeutschland so beliebten Volksmittel wider das kalte Fieber, gepfefferter Branntwein, sollte seiner Gefährlichkeit halber von der Gesundheitspolizei dringend gewarnt werden.

c) Indianischer oder spanischer Pfeffer. Man hat ost- und westindischen. Letzterer, der auch in Spanien und Portugall gezogen wird, ist am häufigsten in Gebrauch. Die Schoten, in denen er wächst, haben verschiedene Farben und Gestalt; gewöhnlich roth, eiförmig an dem einen und zugespitzt an dem andern Ende. Innen liegt ein gelbliches trockenes Mark, zwischen dem die nierenförmigen Samen sitzen. Schoten und Samen haben einen scharfen beißenden Geschmack, von dem Mund, Lippen und Schlund sich entzünden und aufschwellen. Grün ist er noch schärfer als vollkommen reif. Die Indianer essen ihn, wenn er noch unreif ist, als Gewürz an ihren Speisen. Uns würde dieser Versuch sehr schlecht bekommen. Selbst eingemacht in Essig ist er noch so scharf, daß ich es selbst mit angesehen habe, wie ein junger Mann, der aus Uebermuth sich anheischig machte, davon sechs Schoten auf ein Mal zu essen, Erstickungszufälle bekam. Mit Brodteig wird er gebacken und pulverisirt, und heißt dann brasilianisches Pulver.

d) Jamaicanischer Pfeffer. Es sind die Beeren einer Pflanze, welche unreif versendet werden und reif glänzend schwarz aussehen. Wie sie zu uns kommen, sind sie von verschiedener Größe, kastanienbraun, rund, runzlich und mit einem Nabel versehen. Jede Beere hat zwei Fächer, in deren jedem ein Same sitzt, der zusammengedrückt, braunroth und rund ist, und einen scharfen, fast aus Ge-

würznelken, Zimmt und Pfeffer zusammengesetzten Geruch und Geschmack hat. Daher haben sie den Namen allerlei, auch englisches oder Modegewürz.

e) Die Cubeben. Poire à queue. Aus Ostindien. Die Beeren sind dem Pfeffer ähnlich, doch etwas größer und mit einem langen, dünnen Stiel versehen. Ihr brennender, scharf gewürzhafter Geschmack ist etwas gelinder als der des Pfeffers. Man gebraucht sie nur in den Apotheken, und benützt sie in der Küche wenig oder gar nicht.

f) Cardamom. Es gibt verschiedene Arten; in der Küche wird der kleinere davon benützt. Er kommt aus Ostindien von einer Pflanze, deren Früchte im frischen Zustand mit einer grünen, ziemlich dicken, der Länge nach sehr fein gekerbten Schaale bedeckt sind, die wässerig oder saftig, und nach der Reife im getrockneten Zustand sehr dünn und von röthlichweißer Farbe ist. Innen ist sie durch feine Häutchen in drei abgesonderte Behälter getrennt, worin die Körner liegen. Diese sind eckig, runzlich, außen röthlich gelb oder roth, innen weiß. Ihr Geschmack ist scharf, bitter, kampferartig, gewürzig. Die guten Schoten müssen verschlossen, schwer zerbrechbar, ohne Wurmstich, innen mit den eben beschriebenen Körnern angefüllt sein. Durch das Liegen an der Luft verlieren letztere ihre Beschaffenheit. Gebrauch und Eigenschaften wie die der andern Gewürze.

g) Paradieskörner. Guineapfeffer. Diese Körner kommen aus Westafrika, und liegen in einer Frucht von Gestalt und Größe einer Feige. Sie sind eckig, ungleich, glänzend röthlich, braun, zuweilen schwärzlich, innen weißlich. Sie werden häufig mit denen von dem Cardamom verwechselt. Schmecken wie Ingwer und Pfeffer.

h) Vanille. Die Schoten, welche schmal, länglich rund, zusammengedrückt, runzlich, weich, glänzend, fettig, auswendig zäh, innen mit bräunlichem Mark mit glänzenden

schwarzen kleinen Körnchen versehen und dunkelbraun sind, kommen von einer südamerikanischen Schlingpflanze. Sie haben einen aromatischen, eigenthümlichen, sehr lieblichen Geruch, öligen, mäßig scharfen gewürzhaften Geschmack, und verderben leicht. Sie sind sehr nervenreizend, und dienen zum Gewürz bei vielen Speisen, denen sie diese Eigenschaft mittheilen.

i) Lorbeeren und Lorbeerblätter. **Laurier.** Der Baum wächst im südlichen Europa, und wird bei uns in den Gewächshäusern gezogen. Die Beeren und Blätter, erstere mehr, diese minder, haben einen scharfen, bitteren, gewürzhaften Geschmack. Jene benützte man früher häufig in den Apotheken, diese sind ein gewöhnliches Küchengewürz, das in geringer Menge angewendet auch in der Krankenküche allenfalls zu dulden wäre.

k) Wachholderbeeren. **Genièvre.** Kranewit. Der Strauch wächst in ganz Europa wild. Die Beeren, welche man allein als Gewürz benützt, haben unter der schwarzen Haut ein süßes, schleimiges, gewürzhaftes, angenehm schmeckendes Mark mit drei Samen. Sie wirken ungemein auf den Urin, weßhalb man sie auch in den Krankheiten der Blase fleißig anwendet. Man siedet aus ihnen das bekannte Wachholdermus. Wer nicht ein sehr hitziges Temperament hat, mag sich die Speisen ein klein wenig mit diesen Beeren würzen lassen.

l) Ingwer. **Gingembre.** Kommt aus den beiden Indien, und wird nur die Wurzel gebraucht, welche von ihrer Haut befreit, an der Sonne getrocknet zu uns kommt. Sie ist in verschiedene Lappen getheilt, am Ende rund, runzlich, außen weißgelb, grauroth, innen rothgelb und von scharfem gewürzigem Geruch und Geschmack. Der weiße Ingwer ist der bessere. Man macht ihn auch in seinem Vaterlande in Zucker ein. Taugt nicht in die Krankenküche.

m) Kalmus. Ackerwurz. Wohlriechende Schwertlilie. **Roseau odorant.** Eine ursprünglich ostindische Wasserpflanze, die sich jetzt aber auch häufig bei uns wild findet. Die Wurzeln haben einen starken gewürzhaften Geruch, und bitterlichen, etwas beißenden Geschmack. Die guten Wurzeln sollen einen dicken und frischen Stängel, der von den Nebensprossen wohl gesäubert ist, mit weißem Mark haben. Der in den Gärten gezogene hat alle diese Eigenschaften in höherem Grade, der indische in feinerem. Der Kalmus ist eines derjenigen Gewürze, welche ich bei Entkräftungen und schlechten Säften angewendet wissen möchte, und zwar aus folgenden Gründen. Er besitzt aromatische, bittere Stoffe, welche nicht wie die andern Gewürze, heftig reizend auf die Nerven einwirken, ist dabei gelinde zusammenziehend und Wärme erregend. — Jedoch muß ich hier voraussetzen, daß seine Anwendung nicht medicinisch, sondern rein diätetisch sein soll, das heißt, dem Fleisch, dem Gemüse und andern Speisen für Kranke werde, wenn man sie kocht, wenig von der rohen, guten Kalmuswurzel zugesetzt; oder aber genieße und kaue man ihn stückweise in Zucker eingemacht zur Magenstärkung, und als blähungstreibendes Mittel.

n) Die Gewürznelken. **Cloux de Girofle.** Sie sind die Blumenknospen eines Baumes, der auf den moluckischen Inseln in Ostindien wächst. Die guten sind rothschwarz, fett, glänzend und von gewürzhaftem, brennendem Geschmack und aromatischem Geruch; zwischen den Fingern gedrückt, müssen sie diese feucht machen. Sie erhitzen und trocknen aus, machen eine scharfe Galle, und sind, obschon sehr häufig angewendet, eines der schädlichsten Gewürze.

o) Der Zimmt. Canel. Ist die innere Rinde eines ostindischen Baumes. Die äußere Rinde desselben ist grau, die innere weißlich gelb, trocken braun, besteht aus einer

feineren und gröberen Schaale, wovon erstere das aromatisch Wohlriechende ausschwitzt und der andern mittheilt. Durchs Trocknen rollt sie sich zu jenen dünnen Röhren, wie sie in den Handel kommt. Den besten Zimmt erhalten wir von der ostindischen Insel Ceylon, die jetzt den Engländern, früher den Holländern gehörte; er muß von dem bekannten feinen Geruch, scharfen, durchdringenden, brennend-süßlichen Geschmack sein. Er hat in geringerem Grad dieselben Eigenschaften, wie die Gewürznelken, und sollte als Zuthat für die Speisen Gesunder selten, und noch seltener in der Krankenküche gebraucht werden.

p) Safran. **Safran.** Zwiebelgewächs, das in Südeuropa wild und in einigen Gegenden Deutschlands in den Gärten wächst. Der Orientalische, nach ihm der Ungarische, ist der beste. Der gute soll purpurroth, glänzend, nicht schmierig oder feucht, trocken, zerbrechlich sein. Er hat einen durchdringenden, etwas den Kopf einnehmenden, vielen Personen unangenehmen Geruch, und bitterlich gewürzhaften Geschmack. Man benützt ihn mehr als Färbungsmittel für die Speisen, und er kann also füglich aus unserem Küchenzettel wegbleiben.

q) Der Kümmel. Kümmich. Ein durch ganz Europa verbreitetes Gewürz, von dem es folgende Arten gibt:

1) Der Feld-, Wiesen-, Matten-, Speisekümmel. Karve. Garve. Man gebraucht ihn als Gewürz zu den Speisen, die blähungserregend sind, weil er die Eigenschaft hat, diese zu mildern und zu verhindern. Allein man übertreibt es mit seinem Gebrauch sehr oft; namentlich bekommt er Hämorrhoidalisten oder denen, die an der goldenen Ader leiden, Nervenschwachen und Hysterischen schlecht. Zwei bis drei Dutzend Körner auf ein Gericht für einen Menschen mögen Gesunde immerhin essen, für Kranke muß er meistens ausgeschlossen bleiben.

2) Garten-, römischer, welscher, Pfefferkümmel. Er kommt aus Italien zu uns, und wird in Deutschland selten in den Gärten gebaut. Der Saame ist von

schwächerem Geschmack und Geruch, als unser gewöhnlicher Kümmel, auch bitterer als dieser. Man verwendet ihn noch zuweilen, aber selten, in den Apotheken.

r) Coriander. Wächst in Südeuropa wild. Die Samenkörner haben frisch einen widerlichen, wanzenartigen, betäubenden Geruch, werden trocken aber gewürzhaft. Man bäckt ihn zuweilen ins Brod, was jedoch dadurch nicht verbessert wird.

s) Anis. Bei uns auf Aeckern gebaut, vorzüglich in Franken und Thüringen. Dieser Samen hat einen sehr angenehm gewürzhaften Geruch und süßscharfen Geschmack. Man bäckt ihn in das Brod, und gebraucht die Blumendolden zum Einmachen der Gurken. Der Anis ist eines der gelinderen Gewürze, der, nicht zerstoßen, sondern ganz mit in die Speise gethan, ihnen von seinem Aroma oder Wohlgeruch mittheilt, ohne sie erhitzend zu machen.

t) Fenchel. Dieser Same ist länglich, halb rund, halb platt, von angenehmem, gewürzigem Geruch und süßlich scharfem Geschmack, hat auflösende, schleimzertheilende, erwärmende Bestandtheile, und wird daher als Arzneimittel häufig gebraucht. In der Krankenküche aber ist er nur mit vieler Vorsicht als Gewürz anzuwenden.

u) Dill. **Anet.** Wächst in Portugall und Spanien wild, und wird bei uns in den Gärten gezogen. Hat sehr viel ähnliches mit dem Fenchel, und einen starken nicht unangenehmen Geruch. Man macht die Gurken damit ein, und kocht ihn als Beilage zum Fleisch und den Kräutern.

Die nachfolgenden fünf gewürzhaften Kräuter können als Gewürze zu den Speisen auch in den Krankenküchen gebraucht werden, indem sie, bei schon geringer Menge, jenen einen angenehmen Geruch und Geschmack mittheilen, ohne sie erhitzend zu machen.

v) Salbei. Salvey. **Sauge.** Ihre grünen, sammtartig weichen, aromatisch riechenden, ebenso dabei etwas

süßlich-bitter schmeckenden Blätter, sind stärkend und blutreinigend, und haben öfters in Lungenkrankheiten gute Dienste gethan. Man würzt die Braten (namentlich Lamm- und Schöpsenbraten) und Fleischbrühen damit.

w) Majoran. Meyran. **Marjolaine.** Gebrauch gleich der Salbei.

x) Thymian oder Wurstkraut. **Thym.** Die kleinen zarten Stiele, mit kleinen eiförmigen Blättern und in einem Quirl sitzenden Blümchen, haben einen angenehmen, gewürzhaften, stechenden Geschmack. Sie haben denselben Nutzen wie die vorigen.

y) Beifuß. Zahmer Ehrenpreis. **Armoise.** Man stopft die Stängel sammt Blumen und Blättern in das gebratene Geflügel als Gewürz.

z) Pfefferkraut. Saturey. **Sariette.** Bohnenkraut. In Frankreich wild, bei uns in den Gärten. Die ganze Pflanze hat einen gewürzigen, pfefferähnlichen Geschmack, und dient in ähnlicher Eigenschaft.

Capitel 25.

Schwämme und Pilze, oder Speisen mit wenigem Nahrungsstoff und giftverdächtigen Eigenschaften.

Der Streit, ob die Schwämme gesund oder ungesund, nahrhaft oder nahrungslos, giftig oder nicht giftig sind, ist noch immer unentschieden, darum seien sie auch von mir am Schlusse erst aufgeführt, indem ich Zückert folge und sie so lange aus den Krankenküchen verbannt sehen möchte, bis wir Gewißheit über ihre guten und schädlichen Eigenschaften haben.

Soviel kann ich zu ihrem Lobe sagen, daß sie keineswegs sehr schwer verdaulich sind. — Will man sie gebrauchen

und so viel als möglich sicher sein über ihre guten Eigenschaften, so gebe man acht, ob sich todte Fliegen neben ihnen an dem Ort, wo wir sie aufbewahren, vorfinden; ob das Wasser, worin sie abgesotten, wenn Fliegen davon saufen, diese tödtet; ferner brühe man sie jederzeit in Wasser, am besten in Essig ab, und gieße das Abgebrühte weg.

Die Namen der vorzüglichsten sind: Pfifferlinge, Täublinge, Brätlinge, Champignons oder Pilze, Reizken, Steinpilz, Bocksbart, Herrnschwämmlein, Morcheln, Trüffeln. — Die beiden letzteren lassen sich noch am ersten in der Krankenküche gebrauchen.

II.

Die Getränke und flüssigen Nahrungsmittel.

Capitel 26.

Von den Getränken im Allgemeinen.

So unumgänglich nothwendig als die festen und halbfesten Nahrungsmittel, sind dem Menschen zu seiner Erhaltung die flüssigen, zumal das eigentliche Getränk. Allerdings haben wir Beispiele, daß Reisende in den Wüsten, wo sie sich mehrere Monate aufhalten mußten, und keinen Tropfen Flüssigkeit zu sich nehmen konnten, durch den Genuß einiger festen und starknährenden Speisen das Leben fristeten; allein bei Fortdauer solches Zustandes hätte, wie sie selbst gestehen, der Körper unterliegen müssen.

Nichts ist erfrischender und angenehmer, als das Trinken; ohne dasselbe kann der Magen die zu sich genommenen Speisen nicht verdauen und in guten Nahrungssaft

verwandeln; daher empfinden gesunde Menschen einige Zeit, nachdem sie gegessen, Durst, wodurch die thierische Natur zu erkennen gibt, daß ihr eine Flüssigkeit mangle, die Speisen zu zersetzen, zu verkleinern, zu mengen und aufzulösen. Diese Flüssigkeit hat der gütige Schöpfer auch in reichlicher Menge über den größten Theil unseres Planeten verbreitet, es ist das Wasser auf dem Lande. Das des Meeres ist durch seine Salzigkeit nicht hierzu geeignet, und können es also auch nur diejenigen Thiere genießen, deren Körper besonders dazu eingerichtet ist.

Je klarer, reiner und frischer das Wasser (Quellwasser) ist, je wohlschmeckender und gesünder ist es für uns; und indem Gott nur diese Flüssigkeit in so großer Masse verbreitete, daß alle Thiere hinlänglich sich damit versehen können, erhielt das vernünftige Thier, der Mensch, einen Fingerzeig, wie er sich dessen allein zur Stillung seines Durstes bedienen solle. Der Zufall, der Mangel an gutem Wasser, später die fortschreitende Cultur mit ihrem Gefolge, den Reizen, Vergnügungen, dem Laster, ließen den Menschen Versuche machen, den Geschmack des Wassers zu verändern durch Stoffe aus dem Thier-, Pflanzen- und Mineralreich, die er hinzusetzte, und so es bald süß, bald sauer, dann bitter oder salzig machte, und es dazu in einen höheren oder geringeren Wärmegrad brachte. Sein Verstand leitete ihn zugleich darauf hin, aus den saftigen Pflanzen und Früchten die flüssigen Bestandtheile auszuziehen, und als ein zweites Wasser zu trinken. Dieses waren aber alles Erfindungen der Menschen. Die Natur selbst, so verschwenderisch sie ihn mit der Auswahl von festeren Nahrungsmitteln beschenkte, so karg hatte sie ihn mit den flüssigen bedacht. Sollte sie hierbei keine Zwecke gehabt haben? Dieß ist nicht denkbar, und nur geringes Forschen darüber bestätigt letztere Meinung noch mehr.

Wir bemerken, daß die Nahrungsmittel ohne Ausnahme, sie seien aus dem Thier= oder Pflanzenreich, Bestandtheile mit sich führen, welche der Körper nicht in sich aufnehmen kann, und daher durch Ausscheidungen entfernt werden, oder wenn er sie zersetzen und in sich aufnehmen kann, schädliche und verderbliche Wirkungen für ihn haben. Jene Ausscheidungen zu befördern, diese Wirkungen zu verhindern oder zu mildern, ist allein einem reinen, den ganzen Körper durchdringenden, sich mit anderen leicht verbindenden Stoffe möglich, und solchen besitzen wir nur in dem Wasser. Zu seinem Genuß bezeigt der Körper weit öftere Neigung, als zu dem der anderen Nahrungsmittel.

Wenn der Mensch sich noch andere Getränke schuf, so konnte er doch keines hervorbringen, welches dem Wasser an durststillender Wirkungskraft in unserem Körper gleich käme. Alle diese künstlichen Flüssigkeiten sind vielmehr nichts anderes, als eine Mischung von mehr oder weniger Wasser mit festen und halbfesten Bestandtheilen aus dem Thier= oder Pflanzenreich genommen. — Welches sind aber nun, wird man fragen, jene unübertrefflichen Eigenschaften des Wassers? Dank sei es den fleißigen Beobachtern, die Frage ist nicht schwer zu beantworten; allein ich muß dieses auf das nächste Capitel verschieben, da hier nur von dem Nutzen des Trinkens im Allgemeinen die Rede sein soll.

Nicht allein zur Anfeuchtung und Erfrischung des Magens erweckt die Natur den Durst, oder zur Verdünnung des Milchsaftes, sondern es gehen durch die Zirkulation der Säfte, durch den Schweiß, den Urin und alle Absonderungswege eine Menge flüssiger Theile verloren, welche sich wieder ersetzen müssen, weil sonst alle jene Bänder, Sehnen und Muskelfasern ihre gehörige Biegsamkeit und Schnellkraft verlieren, und zuletzt vollkommen vertrocknen müßten. Je weniger der Mensch andere Nahrungsmittel zu sich

nimmt, die wässerige Theile enthalten, um so häufiger wird er aber auch Durst empfinden, weil diese im Magen eine Menge des Verdauungssaftes in sich schlucken, und also größere Feuchtigkeit nöthig machen. Einige Dinge, z. B. das Salz, haben die Eigenschaft, einen ganz besonderen Reiz zum Durst hervorzubringen, welcher nicht eher aufhört, als bis so viel, als zur vollkommenen Auflösung des Salzes gehört, Flüssigkeit in den Körper gelangt ist. — Dieß alles sind, glaube ich, hinreichende Beweise, wie nothwendig dem Menschen im gesunden Zustand das Getränk ist.

Bei weitem größere Menge und häufigeres Getränk verlangt der Körper im kranken Zustand, und unterdrückter Durst ist daher bei allen Krankheiten, sie mögen Namen haben, wie sie wollen, ein sehr übles Zeichen. Dieses beruht auf sehr einfachen Gründen. Es mögen nun die flüssigen oder festen Theile im Körper leiden, so wird sich dabei immer eine fehlerhafte Säftemischung einstellen, diese ist bemüht, die Natur oder Lebenskraft zu verbessern, und zwar entweder durch das Verdicken oder Verdünnen, durch das Säuern oder die Säure binden, u. s. f. Der Magen spielt hierbei eine vorzügliche Rolle, welche er jedoch nur dann übernehmen kann, wenn er die gehörige und wohlgemischte Feuchtigkeit besitzt, um die in ihn gelangenden Nahrungsstoffe in Speisesaft verwandeln, und durch diesen, der von den Milchadern und Einsaugegefässen in die Blutmasse gebracht wird, heilende Kräfte in den ganzen Körper bringen zu können. Nichts kann diese Zwecke mehr befördern, als Flüssigkeit, welche sogar in Luftform überzugehen vermag.

Daher auch bei den meisten Kranken der vermehrte Durst, der öfters bis zum Unerträglichen sich steigert; bei Genesenden die Aeußerung: ich trinke jetzt bei weitem mehr als sonst.

Bevor wir zu den einzelnen Getränken übergehen, noch

einige Regeln, die beim Trinken zu beobachten sind, und vorzüglich Genesenden anempfohlen werden.

Man trinke zwischen dem Essen nicht, sondern verspare es nach demselben, und zwar ist dann am besten, wenn man Durst verspürt. Will man es dem Magen nicht zu lieb thun, so doch wenigstens den Zähnen. — Wenn sich nach der Mahlzeit Durst einstellt, so trinke, sonst nicht.

Man trinke wenig und öfter; den Magen mit Getränk überschwemmen, ist eben so nachtheilig, als ihn daran darben lassen.

Man gewöhne sich allgemach an das kalte Trinken, nur nicht unmittelbar wenn durch starke Bewegung die Lungen erhitzt sind. Jemehr sich der Mensch aller warmen Flüssigkeiten enthält, desto gesünder wird er werden. Die Frische und Kälte des Getränks stärkt die erschlafften Muskelfasern im ganzen Körper, und gibt ihnen neue Spannkraft.

Capitel 27.

Das Wasser.

Ich habe den Satz aufgestellt: das Wasser ist das beste Getränk für den gesunden wie kranken Menschen, und meine verehrten Leser werden verlangen, daß ich meine Behauptung unterstützen soll mit triftigen Gründen. Der Versuch sei gewagt, und ich bitte nur, mich unbefangen und ohne vorgefaßte Meinung dann beurtheilen zu wollen.

Die Zusammensetzung unseres Körpers verlangt zu ihrer Erhaltung unbedingt eines flüssigen Stoffes, und daß derselbe durchdringend, flüchtig, für die Theile des Organismus nicht zerstörend, vielmehr ihnen zuträglich, das heißt: ihre Lebensthätigkeit bis zu dem gehörigen Grad erhöhend

sei. Es findet sich in der Natur nur Ein solcher Stoff, das Wasser; denn die Luft, ihm demnächst der ähnlichste, darf nur auf bestimmten Wegen, durch die Athmungswerkzeuge, unmittelbar in das Innere des Körpers dringen, ohne ihm zu schaden. Selbst so würde die Luft es thun, wenn nicht die Lungen die Fähigkeit hätten, alles Schädliche der Luft auszustoßen, und nur den für das thierische Leben zweckmäßigen Bestandtheil derselben zurückzuhalten.

Ist aber auch das Wasser mit den geforderten Eigenschaften begabt? Ist es also durchdringend und flüchtig?

Ein einziger Tropfen Wassers ist im Stande, einen dreizehntausendmal größern Raum einzunehmen, wenn er sich in Dunst auflöst, als jener war, den er als Tropfen ausfüllte, hinreichend genug, um selbst die feinsten Oeffnungen (Poren) unseres Körpers zu durchdringen, obschon diese nach Berechnungen der Anatomen vierundzwanzigtausendmal kleiner sind, als ein Sandkorn. Wie geringe Wärme aber hinreichend ist, das Wasser zu verdünsten, davon können wir uns tagtäglich überzeugen. Mithin ist es vollkommen geeignet, den ganzen Körper, selbst in seinen festen Theilen zu durchdringen, und aller Orten seine anderen Eigenschaften zu bethätigen.

Wir besitzen flüssige Theile in unserem Körper, und ohne sie könnte derselbe nicht bestehen. Was sind diese aber nun? — Nichts anderes als Wasser mit festen und halbfesten Theilchen gemengt, wodurch letztere die Befähigung erhalten, sich von einer Stelle des Körpers zur anderen zu bewegen, so daß dieser in einer immerwährenden Veränderung und Bewegung begriffen ist, wodurch allein das Leben erhalten werden kann. Die Natur also selbst bedient sich zur Fortdauer der thierischen Körper des Wassers, ist es daher nicht natürlich, daß sie den Abgang desselben in jenen ersetzt haben will, und fordert sie uns nicht gleichsam durch

den Durst auf, dieses zu thun? Ist es nicht das vorzüglichste Mittel also, die Theilchen beweglich zu machen, und der neuhinzukommenden Beweglichkeit zu verschaffen, oder die Nahrungsmittel aufzulösen.

Wir nehmen täglich eine nicht unbedeutende Menge Nahrungsmittel zu uns, von denen jedoch ein im Verhältniß sehr geringer Theil befähigt ist, sich unmittelbar mit dem Körper auf das innigste zu verbinden und in ihn überzugehen. Die größere Hälfte wird aus dem Körper wieder entfernt, und die Natur hat dazu verschiedene Abführungswege bestimmt, welche theilweise so eng und fein sind, daß nur auch sehr feine Stoffe sie zu durchdringen vermögen. Man denke an die Poren der Haut. — Hier ist es nun wieder, wo das Wasser seine unvergleichliche Wirksamkeit beweist. Es verdünnt, verschluckt oder löst alle jene nicht nährende Substanzen auf, führt sie durch enge und weite Wege wieder an das Tageslicht. Es ist wie ein Magnet, der alle schlechten Theilchen des Körpers an sich zieht.

Welche aufzulösende Kraft das Wasser besitzt, kann man sich aus einem leicht anzustellenden Versuch deutlich machen. Man nimmt 16 Loth reines Wasser, schüttet 19 Loth Kupfervitriol in dasselbe, und wird bald bemerken, daß er sich darin zertheilt. Aber trotz der Verbindung ist die Flüssigkeit im Stande, noch 3 Loth Bittersalz, 2 Drachmen gereinigten Salpeter und 6 Loth raffinirten Zucker in sich aufzunehmen.

Je mehr das Wasser schon mit andern Stoffen verbunden in den Körper gebracht wird, je weniger ist es geschickt, neue in sich aufzunehmen. Daher muß es um so zuträglicher für den Körper sein, je reiner es ist. Die Hauptbestandtheile eines reinen Wassers aber sind Wasserstoff, Sauerstoff und etwas weniges Kohlensäure.

Außer den ebengenannten hat das Wasser auch noch

andere Eigenschaften, die es vorzüglich zuträglich für den Organismus machen.

Einmal ist es seine Frische oder der Grad von Kälte, welcher es uns besonders angenehm zum Genuß macht. Natürlich warmes Wasser trifft man nur an wenig Orten der Erde, und der Mensch hat als Getränk es zu gebrauchen eine eingepflanzte, angeborene Abneigung, während sich dagegen eben so eine besondere Vorliebe für das frische, vor unsern Augen der Erde entquellende Wasser kund gibt. Es sagt uns eine innere Ahnung, wie sehr es vermögend sei, den erschlafften Muskelfasern neue Kräfte zu geben, und durch den sich entwickelnden flüchtigen Brunnengeist, wenn wir ihn mit der krystallhellen Flüssigkeit hinabschlürfen, die Lebens- und Nerventhätigkeit zu wecken und zu kräftigen. Es ist über diese herrlichen Eigenschaften des Wassers unter den bessern älteren und neueren Aerzten nur eine Stimme. Wohl dem, dessen kräftige Gesundheit es erlaubt, in vollen Zügen die edle Gottesgabe zu trinken, und danken mag der Kranke seinem menschenfreundlichen Arzt, der, unbekümmert um das Geschrei der Menge mit der innigen Ueberzeugung der Stimme der Natur zu folgen, die dürstende trockene Zunge mit frischem Wasser erquickt. Wahrlich gibt sich eine Stimme der Natur je in den Krankheiten zu erkennen, so ist es sicher hier, wenn der Kranke mit Sehnsucht nach einem frischen Trunke verlangt. — Aber nichts ohne Maaß und Ziel, nichts ohne Zweck. Ein Löffel voll Wasser kann eben so gut und wirksam sein, als ein Löffel Essenz oder Tinktur, von der eine ganze Flasche in den Körper zu schütten man sich wohl hüten würde.

Hat frisches Wasser je Schaden in einer Krankheit gestiftet, so ist es sicher der Mißbrauch gewesen.

Hiermit sey denn auch meine Meinung über das Getränk ausgesprochen, was man Kranken zu reichen hat.

Es soll und kann nichts anderes sein als frisches Wasser. Nur der gänzliche Mangel daran, oder seine schlechte Beschaffenheit, oder die wirkliche Empfindlichkeit des Kranken dagegen, kann eine Abweichung gestatten, nicht aber der Gebrauch von Arzneien, denn diese sind dann auch nicht mehr Heilmittel, indem sie dem natürlichsten widerstreben.

Die Beschaffenheit des Wassers anbelangend, so ist dieselbe sehr verschieden. Man benützt als Trinkwasser das aus den Quellen, Pumpbrunnen, Flüssen und Bächen, das aufgefangene Regen- oder Cisternen-, endlich das Schnee- und Eiswasser. Bekanntlich geht stehendes Wasser bald in Fäulniß über, deßwegen kann auch dieses kein gesundes Getränk abgeben, und muß zuvor erst gereinigt werden. Aus diesem Grund wird das aufgefangene Regenwasser bald untauglich, auch hat es beim Niedersinken durch die Atmosphäre eine Menge Stoffe an sich gezogen, weßwegen es einige diätetische Schriftsteller die Lunge der Atmosphäre genannt haben, was ohne Zweifel übertrieben ist, und wie wir uns vom Gegentheil durch Untersuchung dieses Wassers überzeugen können. Denn es ist in der Regel sehr weich und ziemlich rein. Hiernächst folgt das Brunnen-, Gump- oder Pumpwasser. Sind die Röhren eines Brunnen gehörig tief gelegt, d. h. daß sie sich noch eine Strecke unter den Wasserspiegel des Brunnens erstrecken, so werden sie uns ein ziemlich reines, eben noch von dem fließenden Quell geschöpftes Wasser zuführen; sind sie nun aber auf den obern Theil des Brunnens, also in der Region, wo das emporquellende Wasser schon in den Zustand der Ruhe getreten ist, so ist dieses nicht mehr werth, als jedes andere gestandene Wasser.

Das Schnee- und Eiswasser ist in vieler Hinsicht besser, als das Regenwasser, und bei dem angegebenen Zustand besser als das Brunnenwasser. Diesem folgt nun im Range

obenanstehend das natürliche und künstlich hervorgebrachte Quellwasser (durch sogenannte artesische Brunnen). Es hat sich in den unterirdischen Räumen der Erde gesammelt und geläutert; es enthält jenen wahrhaft erfrischenden flüchtigen Brunnengeist, unter dem die Chemiker die freie Kohlensäure verstanden wissen wollen, und ist allen Dürstenden das höchste Labsal; denn nichts erquickt selbst den Schlemmer in so hohem Grad, als ein Trunk frischen Quellwassers. Es ist oft härter und taugt weniger zum Kochen als Flußwasser.

Was den Gebrauch des Wassers in den verschiedenen Krankheiten anbetrifft, so wie Bäder und Waschungen, so ist dieses Sache des Arztes, es zu bestimmen, und muß hier übergangen werden. Aber als Getränk gehört es in die Krankenküchen, und gebührt ihm mit Recht in derselben eine vorzügliche Stelle.

Man muß daher darauf sehen, daß es immer in vorzüglich guter Beschaffenheit vorhanden sei, und der Kranke an das frische, wenn er entweder schon in gesunden Tagen dessen nicht gewohnt war, oder seine Umstände in der Krankheit dessen unmittelbare Anwendung nicht zulassen, allgemach gewährt werde.

Will man dieses ausführen, so werde das Wasser nicht durch das Stehen warm gemacht, denn dadurch verliert es eben an seinen guten Eigenschaften; vielmehr nehme man ein Maaß von dem frischesten Wasser, und schütte zwei bis drei Loth kochendheißes dazu, fülle es in eine steinerne oder gläserne Flasche, verstopfe sie fest, und stelle sie so in einen Hafen oder Topf, daß der Pfropfen gegen den Boden des Topfes zu stehen kommt. Hiervon gebe man dem Kranken zu trinken, verstopfe aber nach jedesmaligem Gebrauch die Flasche wieder. Nachdem dieses Maaß verbraucht ist, wird das folgende nur mit 1½ oder 2 Loth heißem Wasser

gemengt, und so steigt man allmählig abwärts, bis der Kranke das ganz frische Quellwasser vollkommen gut verträgt. Doch mache man es sich ja zur festen Regel, nie die Kranken viel auf ein Mal trinken zu lassen, obschon sie es gewöhnlich thun wollen. Es werde ihnen, je stärker und heftiger der Durst ist, in um so geringerer Menge, aber nur desto häufiger gereicht; daher thut man am zweckmäßigsten, es ihnen eßlöffelweise einzuflößen.

Nach dem, was über das Wasser gesagt worden ist, und wie es als Getränk für die Kranken hauptsächlich angewendet werden soll, kann ich bei der Beschreibung der übrigen trinkbaren Flüssigkeiten mich ziemlich kurz fassen.

Capitel 28.

Weinige Getränke.

1) Der Wein.

Nächst dem Wasser steht unter allen Getränken der Wein oben an. Paracelsus, ein deutscher Arzt im Mittelalter, nennt ihn das Blut der Erde und den Saft der vornehmsten unter den Pflanzen, und der Apostel Paulus rühmt ihn dem Timotheus in seinem kränklichen Zustand als Arznei. Allerdings hat auch der Wein herrliche Kräfte in sich, und kann auf den kranken Körper als ein wahres Heilmittel einwirken, das um so kräftiger wirkt, je mehr man sich seiner in gesunden Tagen zu enthalten pflegte. Darum konnte Fernelius mit Recht behaupten: der Wein sey für den Menschen das, was der Dünger dem Baum. Ist unser Körper durch schlechte Kost, Ausschweifungen und andere Schädlichkeiten zerrüttet; dann vermag ein medicinischer Gebrauch des Weins für uns dasselbe zu werden, was der Dünger dem durch Witterung, schlechten Boden, ꝛc. siechen-

den Baum wird. Nur sei die Mischung eben so richtig getroffen, wie sie der geschickte Gärtner zwischen dem Dünger und Erde zu machen versteht. Der Boden aber des Kranken sind die Nahrungsmittel und das Getränk. Guter Boden braucht keine Düngung. Wo also schon durch den einfachen Genuß gewisser Speisen und des frischen Wassers sich die Kräfte heben und die Genesung leicht erfolgt, wer wollte da noch mehr die Kräfte hebendes hinzubringen; hieße dieses nicht die Lebenskraft und Gesundheit wie in einem Treibhaus behandeln?

Die Speisen zu verbessern oder leichter verdaulich zu machen, mag auch dem Genesenden ein Glas Wein erlaubt sein; besser jedenfalls als jene unseligen ausländischen Gewürze, welche den Ruin der Gesundheit herbeiführen.

Fehlt es an frischem gutem Wasser, so ist der Wein das beste Mittel, um durch seine Vermischung mit jenem diesem Mangel in etwas abzuhelfen, und ein erquickendes und kühlendes Getränk zu bereiten. Der starke Wein, vielleicht ein Eßlöffel auf ein Glas Wasser, ist hier vorzuziehen.

Immer halte man aber den Grundsatz fest: der Wein ist ein Arzneimittel.

„Die Bachus edlen Rebensaft verschwenden,
„Bestraft er durch die Gicht,
„Mit lahmen Füßen, krummen Händen
„Und kupfrigem Gesicht."

So singt Vater Gleim für die Gesunden, wie viel mehr haben die Kranken bei seinem Gebrauch Vorsicht nöthig. Die Pflegerinnen, sind es ja doch fast nur die Frauen, welche sich diesem mühevollen Geschäft unterziehen, mögen sich wohl hüten, hier ohne Zuziehung des Arztes etwas zu thun. Der Wein hat mit unsern Säften keine Aehnlichkeit, also bedarf er eben so gut, wie andere Nahrungsmittel,

einer Verarbeitung, welche ein sehr schwacher Magen nur mit Anstrengung vollbringen kann. Ferner kommt beim Gebrauch für Kranke auf die Gattung und Beschaffenheit des Weins ungemein viel an. So wie die Trauben verschieden sind nach Lage, Jahrgang und Clima, so auch der Wein, den man aus ihnen gewinnt. Man hat daher eine Eintheilung getroffen, zuerst nach ihrem Geschmack, dann nach ihrem größeren oder geringeren Gehalt an geistigem Wesen, dem sogenannten Spiritus oder Weingeist. Die süßen Weine haben mehr Feuer oder Geist, als die herben und sauren, indem sie aus Ländern kommen, wo die Sonnenhitze im Stande ist, die Traube vollkommen zu kochen; sie sind angenehmer im Geschmack, aber auch weit reizender und erhitzender. Eine geringe Menge davon vermag schon das Blut in Wallung zu setzen. Die herben und sauren thun dieses weniger, haben aber dagegen den Nachtheil, daß sie die Schärfe der Säfte vermehren, und gern stopfen, weßwegen sie auch mehr mit Wasser verdünnt werden müssen. Diese Eigenschaft scharfe Säfte zu erzeugen, besitzt jeder Wein in mehr oder minder hohem Grad, und darin liegt wohl hauptsächlich der Grund, daß starke Weintrinker an der Gicht und dem Podagra leiden. Wenn wir also Kranken Wein zu genießen geben, so bleibt es immer rathsam, Wasser nachtrinken zu lassen oder ihn damit zu vermischen. Die Verhältnisse und des Kranken Wille müssen Eines oder das Andere bedingen. Das Alter des Weins hat hier ebenfalls einen bedeutenden Einfluß. Bei guter Behandlung gewinnt er nämlich in der Regel an Kraft und Feuer, verliert dagegen an Schärfe; namentlich thun dieses viele sauren und herben Sorten. Von den süßen Weinen halten sich manche aber nur kurze Zeit, und sind später sehr schädlich. Gleiche Bewandniß hat es aber auch mit den jungen Weinen, die Kranken durchaus verboten werden müssen; denn

nicht eher kann eine Sorte zu diesem Zweck verwendet werden, als bis sie, nach der Sprache der Weinhändler, fernig geworden, d. h. ihre Gährung gehörig vollendet ist. Zwar trinken wir Weine, bei denen dieses nicht der Fall ist, z. B. die moussirenden; hier ist der Gährungsprozeß durch den verhinderten Zutritt der Luft unterdrückt worden, und eben deßwegen sind sie auch im Allgemeinen wenig empfehlenswerth, obschon man sie in einigen Krankheiten förmlich als Medicin verordnet hat. Sie enthalten nämlich ungemein viel Kohlensäure, welche bekanntlich die Lebensthätigkeit im Körper steigert und die Schnelligkeit des Blutumlaufs vermehrt; da aber frisches gutes Quellwasser ebenfalls sehr reich an kohlensaurer Luft ist, so bin ich überzeugt, man würde in vielen Fällen mit einer Wasserkur dasselbe leisten, wenn nicht mehr, als mit einer Champagnerkur.

Außer dieser natürlichen Beschaffenheit des Weins ist aber auch die durch Kunst hervorgebrachte in Berücksichtigung zu ziehen.

Leider erleben wir noch täglich Beispiele, daß Personen durch Weinverfälschung ihre Gesundheit, ja sogar ihr Leben einbüßen, und die Gesundheitspolizei muß noch bei weitem aufmerksamer und strenger gegen die Weinhändler verfahren, wenn solchen schändlichen Betrügereien Einhalt gethan werden soll.

So lange dieß noch nicht geschieht, ist jeder Hausvater, der Wein in seinem Keller zu haben wünscht, genöthigt, ihn zu proben, damit er vor einer Vergiftung sicher gestellt sei, und zugleich ist es Pflicht jedes diätetischen Schriftstellers, diese Weinproben anzugeben. Sie folgen daher auch am Schlusse dieses Capitels als Anhang.

Alle Sorten Weine und deren Beschaffenheit hier auszuführen, würde eine unnöthige Weitläufigkeit verursachen;

ich befolge vielmehr die Haupteintheilung in süße, saure und herbe, und reihe darnach die einzelnen Sorten ein. Ihre Güte steigt nach den Jahrgängen und dem Alter.

1) Süße Weine.

a) Vollkommen süße.

1) Südliche französische Weine besitzen ein mäßiges Feuer, und halten sich nicht sehr lang; sind aber von sehr angenehmem Geschmack, namentlich trinken Damen dieselben gern. Die vorzüglichsten unter ihnen sind: **St. Peray sec**, **Muscat Frontignan**, **Muscat Rivesaltes**, **Muscat Lunel**, süßer **Grenache**.

2) Ungarische süße Weine besitzen mehr Weingeist als die vorigen, sind jung sehr schädlich, aber bei einem gewissen Alter geben sie unter das Wasser eßlöffelweise ein vorzügliches Getränk, und können schlechtes Wasser ungemein verbessern. Die gewöhnlichen Sorten sind: Ruster und Tokayer, vorzüglich ihre Ausbrüche.

3) Portugiesische süße Weine kommen an Geschmack und Werth den vorigen gleich; die gewöhnlichen sind: Canarien Sect, Teneriffa, Madeira Malvasier.

4) Capwein, rother Constantia, ist von ungewöhnlichem Feuer und sehr angenehmem Geschmack, aber sehr kostbar, und in der Regel erhält man diesen Wein verfälscht.

5) Italienischer süßer Wein, angenehm und feurig, vorzüglich die sicilianischen darunter: Calabrier, Syrakuser, **Lacrymae Christi**.

6) Griechische Weine; sie sind mehr süß als geistig, haben aber einen nicht Jedermann gefälligen Geschmack. Malvasier, Cyper und Samos Muscat.

7) Spanische süße Weine, mit vielem Feuer, lieblichem Geschmack und großer Süßigkeit, darunter: Malaga Sect, Malaga lagrimas, Thoremilla, Rototinto, Pedro Ximenes, Pajarete.

b) Weniger süße, die den Uebergang zu den sauren machen, und öfter etwas herbes dabei besitzen.

1) Französische Weine, mit angenehmem Geschmack, aber nicht allen Constitutionen zuträglich; man hat Champagner, darunter: **Aix mousseux**, **Verzenay mousseux** und **Sillery mousseux**.

Französisch-mittägige Weine, darunter: **Tavel, Roussillon, Hermitage, St. Peray mousseux, Cat Rôtie.**

Bordeaux-Weine, darunter: **Medoc, Medoc St. Estéphe, Medoc St. Julien, St. Julien Larose, Château Margaux, Château Lafitte, Sauterne.**

Burgunder, darunter: **Petit Burgunde, Mâcon, Nuits, Chambertin, Mercurey, Céos rougeot; Volney.**

2) Ungarische halbsüße Weine, haben weniger Feuer als die süßen, sind leichter und angenehm zu trinken; der häufigste ist der Ofener.

3) Spanische halbsüße mit vielem Feuer, und eigenthümlichem, etwas aromatischem Geschmack; der vorzüglichste darunter ist der Xeres.

4) Portugiesische halbsüße kommen mit den vorhergehenden überein, darunter: Madeira, Portwein.

5) Ebenso die italienischen halbsüßen Weine, von denen aber nur der Marsalla zuweilen zu bekommen ist.

Außerdem werden auch in Tyrol süße Weine erzeugt, welche leichter wie die ungarischen, aber auch weniger von Geschmack sind, daher man sie wenig außer Tyrol trinkt.

2) Saure und herbe Weine.

a) Rheinweine, besitzen mehr Säure als Herbe, darunter:

1) Hochheimer, Rauenthaler, Rüdesheimer, Markobrunner, Gräfenberger, Hattenheimer, Claus-Johannisberger, Schloß Johannisberger. Dieses sind die sogenannten Rheingauer Weine.

2) Nierensteiner, Oppenheimer Rißling, moussirender Rheinwein. Dieß sind die Rheinhessischen Weine.

3) Wachenheimer, Ruppertsberger, Deidesheimer, Forster, Königsbacher, Ungsteiner, Gimeldinger. Dieß sind die Rheinbaierischen Weine.

b) Badische Weine. Markgräfler, Affenthaler, sind säuerlich herb, aber angenehm von Geschmack.

c) Ahrbleicher, darunter Hundsberger, Scharfenberger; hellroth und sehr leicht, sauer.

d) Moselweine sind mehr herb, und passen zu Tisch-

weinen schlecht, haben aber Feuer. Darunter: Piesporter, Brauneberger, Graacher, Zeltinger.

e) Württemberger Weine. Sind etwas herb aber gesund, und leisten gute Dienste bei chronischen Ausflüssen.

f) Die Frankenweine, in Norddeutschland sehr beliebt, aber sauer, mit Ausnahme des Stein- und Würzburger Weins.

Die Kennzeichen eines guten Weines sind: er sei schön und klar im Glas, rieche stark aber angenehm, und gebe auf der Zunge einen angenehm-lieblichen Geschmack. Allein untrügerisch sind diese Zeichen nicht gegen gut verfälschte Weine, und schädliche Bestandtheile aufzufinden vermag hier nur die Weinprobe. Die mit Spiritus oder Weingeist angefeuerten Weine erkennt man leicht an dem fusligen Geruch und Geschmack. Die Verfälschungen der süßen Weine mit Zucker und Gewürz lassen sich durch den faden, ekelhaft-süßen, grob-gewürzreichen Geschmack erkennen.

Weinprobe.

Die gewöhnlichste und gefährlichste Verfälschung ist die mit Bleizucker, was man am häufigsten bei den Rhein- und Moselweinen antrifft, welche damit gesüßt werden. Sie zu entdecken lasse man sich in der Apotheke aus Schwefeleisen und Schwefelsäure eine Flüssigkeit bereiten, die man in einem wohlverschlossenem Gefäß aufhebt. Will man den Wein prüfen, so fülle man mit demselben ein Weinglas, und gieße einige Theelöffel jener Flüssigkeit hinein. Bildet sich eine Anfangs weiße, zuletzt dunkel- oder schwarzgrau werdende Wolke, so ist der Wein sicher mit Blei gefälscht.

Capitel 29.

2) Das Bier.

Unterscheidet sich vom Weine hauptsächlich darin, daß es viel mehr nahrhafte, weniger geistige und viel wässerige Theile besitzt. Es gibt, in nicht zu großer Menge getrunken, für die Gesunden ein sehr zweckmäßiges Getränk, vorzüglich in den Gegenden, welche kein gutes Wasser haben. Leider wird aber in seinem und des Branntweins Genuß am meisten ausgeschweift; darum auch ist das Bier oft bei den diätetischen Schriftstellern so schlecht angeschrieben. Allerdings sehen wir alle starke Biertrinker, welche nicht sehr häufige und anstrengende Bewegung haben, durch häufiges Biertrinken aufgetrieben werden und schrecklich leiden, wenn nicht ein Schlagfluß das Leben plötzlich endet. Alle Verhaltungen und Verstopfungen erhalten dadurch Gelegenheit sich auszubilden, ebenso Schleim-, Gallen- und gastrische Fieber, u. s. w.

Bei dem Bier ist ebenfalls ein großer Unterschied, und es gibt von demselben so viele Sorten als Brauereien bestehen; und an vielen Orten in Deutschland wird ein sehr schlechtes Bier gebraut, wovon man sich am besten in Thüringen überzeugen kann, wo dasselbe nur für den Eingebornen genießbar ist.

Ein gutes Bier soll aus einem wohlgekeimten und getrockneten Malz, das beste aber weniger haltbare ist das Luftmalz, und dem gehörigen Zusatz guten Hopfens bestehen, einen etwas bittern nicht zu süßen Geschmack haben, nicht zu jung, dann bläht es, oder sauer sein.

Alle diese Eigenschaften besitzt in dem verlangten Grade unter sämmtlichen deutschen Bieren am meisten:

1) Das bairische Bier. Dieses wird in dem ehemaligen Altbaiern, am vorzüglichsten zu München, gebraut.

Es ist nährend, und bekommt fast allen Constitutionen gut, wer sich durch dasselbe verdirbt, hat es wohl nur seiner Unmäßigkeit zuzuschreiben.

Das bairische Waizen= oder Weißbier hält man fälschlicher Weise für sehr zuträglich für Kranke, während es im Gegentheil sehr verschleimt und bläht.

2) Das Mannheimer oder Heidelberger badische Bier ist süßbitterlich, doch gesund; das gleiche ist

3) von dem Germersheimer und Speyrer Bier zu sagen.

4) Auch das Nürnberger Bier ist gesund und bitterlich; vorzüglich berühmt war früher das Herschbrucker.

5) Das Gräfenberger, Bamberger, Baireuter ist dem Nürnberger Bier an Güte ziemlich gleich. Das weiße bläht ebenfalls, beschwert die Brust, macht dickes Blut. Außerdem werden noch an verschiedenen Orten in Baiern sehr gute Biere gebraut.

Von Norddeutschland kann man dieß leider nur zu wenig sagen. Entweder findet man dort ein wässeriges, saures oder sehr starkes berauschendes (Doppel=) Bier. Der unselige Bierzwang, die zu nachsichtige Gesundheitspolizei tragen hier viel Schuld. Tausende von Menschen werden jährlich durch den Branntweingenuß im Norden eine Beute des Todes, weil ihnen ein kräftiges Bier fehlt, und das reine Wasser nicht schmeckt, der Wein aber zu theuer ist.

Die schlechtesten sächsischen Biere sind: das Jenenser, das Leipziger, Wittenberger, der sogenannte Gukuk, das thüringische, besonders die Merseburger Gose, das Dresdener, überhaupt die meisten Stadtbiere, weil hier besonders der Bierzwang herrscht. Sie sind sämmtlich sehr ungesund, mistjauchenfarbig einige sogar, die andern dunkelbraun und trübe.

Neuerer Zeit hat man jedoch um Leipzig und in der Provinz Sachsen bairisches Bier angefangen zu brauen und ist damit nicht unglücklich gewesen.

Besser und gesünder sind: das Eilenburger, der Halberstädter Broihan, ein dünnes, in der Weingäh=

rung ausgeschenktes Waizen-Gerstenbier, das Naumburger Bier, sehr fett und nährend.

Mittelmäßig sind die schlesischen, zumal das Breslauer Bier; gut, gesund und dem bairischen Biere ähnlich ist das, was in vielen Gegenden Böhmens gebraut und unter dem Namen böhmisches Bier bekannt ist.

Sehr berauschend, süß und verschleimend, daher Kranken verboten, sind die sächsischen Doppelbiere, in Baiern, Märzenbiere genannt. Hierher gehören: Kirchberger, Köstritzer, Neubersdorfer, Gersdorfer, Bock- und Salvatorbier.

In den norddeutschen Seeländern braut man zum Theil noch stärkere Biere, oder führt sie von England ein. Sie sind sehr ungesund, und öfters durch die schädlichsten Ingredienzien oder Zusätze angenehm und berauschend gemacht, wie die Braunschweiger Mumme, schwarzbraun und schmierig wie Syrup, von ekelhaft süßem Geschmack; Einbecker Bier, wornach das baierische Bockbier gebraut wird, Ale und Porter, welche englischen Ursprungs sind. Das Wermuthbier, Magenbier, ist ein magenverderbendes Bier, indem es ungemein erhitzt und austrocknet. — Das Dünn-Cofent-Conventbier, in Altbaiern Schepps, ist für Kranke, wenn es von den guten Bieren kommt, sehr zuträglich. Deßgleichen die ohne Gewürz bereitete, später beschriebene Biersuppe und das Warmbier.

Capitel 30.

3) Der Meth und der Branntwein.

Es ist schwer zu entscheiden, welches von diesen beiden Getränken das andere an Schädlichkeit übertreffe. So viel Vorzug bleibt dem letzteren, er hat durch seine allgemeinere

Verbreitung mehr Menschen zu Grunde gerichtet. Nie unter einer anderen Bedingung sollten an Kranke oder Genesende diese unglückseligen Getränke verabreicht werden dürfen, als wenn dieselben Säufer waren, und man fürchten müßte, die Natur werde unterliegen durch Entziehung des gewohnten Genusses. Dann geschehe es aber auch nur sehr sparsam, und erlauben es die Verhältnisse, so gebe man lieber etwas feurigen Wein, der weit bessere Dienste thun wird.

Wenden wir uns zuerst zum Meth. Dieses Getränk, was noch in einigen Gegenden des Nordens und Süddeutschland, z. B. in Baiern, getrunken wird, scheint sich aus den frühesten Zeiten, als noch heidnische Götter bei uns verehrt wurden, herzuschreiben, war vormals allgemein beliebt, ist aber jetzt sehr aus der Mode gekommen. Es ist eine Mischung von Wasser, Honig und Gewürzen, welche durch Bierhefe in eine Weingährung versetzt worden sind. Aus den Bestandtheilen dieser Mischung läßt sich leicht abnehmen, wie ungemein erhitzend dieses Gebräu ist, und für Kranke durchaus kein Getränk abgeben kann; weßwegen wir uns nicht länger dabei aufhalten wollen.

Der Branntwein ist der, vermittelst der Wärme ausgezogene geistige Bestandtheil von Pflanzenstoffen, wozu man besonders Getreide und Kartoffeln, theilweise auch Reis (dann heißt der Branntwein Arak, Zucker gibt Rum, und verschiedene Arten von Obst und andern Früchten (Kirschwasser, Heidelbeergeist, Franz- oder Weinbranntwein, 2c.) benützt. Außer diesem geistigen Wesen enthält der Branntwein noch mehr oder minder wässerige Theile und brenzliches Oel. Dieses Oel, im Verein mit dem Weingeist, ist es nun, was so ungemein erhitzend und zerstörend im Organismus wirkt, wovon Börhaare ein schlagendes Beispiel von einem gewissen Perquet erzählt. Dieser

hatte sich vorgenommen, um die Verdauung der festen Speisen zu befördern nichts als eine geringe Menge desselben zum Getränk zu sich zu nehmen. Anfangs befand er sich dabei ungemein wohl, bald aber empfand er Magenbeschwerden, und sein Magen wurde zur Verdauung so ungeschickt, daß er nichts mehr als etwas Branntwein vertragen konnte. Einige Zeit setzte er dieß noch fort, bis er eines Tages todt niederstürzte.

Das Branntweintrinken zerstört das Gedächtniß, macht gedunsen, schlafsüchtig, Bluthusten, Hämorrhoiden, Schwindsucht, Leberleiden, Wassersuchten, und sehr oft Wahnsinn und selbst Raserei. Die Fälle, daß Trinker sich entzündet haben und elend verbrannten, sind allgemein bekannt und häufig.

Man hat im Volke leider die Meinung, ein Glas guter Korn- oder Kartoffelschnaps, ein Gläschen des süßen Gifts Liqueur genannt, ein Schluck Rum oder Arak nach Tische befördere die Verdauung, und sei daher der Gesundheit ungemein zuträglich; allein meine Leser können sich versichert halten, daß dem nicht so sei, vielmehr die Gesundheit auf diese Weise langsam untergraben wird.

Capitel 31.

4) Obstwein, Birken- und Ahornsaft, Most.

Wir fassen diese in einem Capitel zusammen, indem wir in der Krankenküche davon wenig Gebrauch machen können.

1) Der Obstwein oder Cyder, wenn er gehörig die Gährung vollendet hat, und dabei ähnlich wie der Traubenwein behandelt wurde, hat mit diesem viele Eigenschaften gemein. Guter Cyder soll süßsäuerlich und nicht herbe, da-

bei von klarer Farbe sein. Selten und in geringer Menge genossen führt er gelinde ab, und wirkt mäßig reizend. Häufiger Genuß macht Blähungen und Ablagerungen von Schärfen in den Säften des Körpers, und es verhält sich dann, wie mit den sauren Weinen. Das besondere Verlangen oder der Mangel eines besseren Weins kann Veranlassung werden, Genesenden ein Glas Cyder zu gestatten.

2) Der Birken- und Ahornsaft können auch in Weingährung versetzt werden, taugen aber für unsern Zweck gar nicht.

3) Der Most oder der ungegohrene Wein kann unter gewissen Umständen, aber auch nur dann von dem Arzt, Kranken als Arznei verordnet werden. Er ist süß und blähend. Sauer gewordener Most erzeugt gefährliche Durchfälle.

Capitel 32.

Abkühlende und säuerliche Getränke.

Sie werden für Kranke häufig verordnet, und leisten oft sehr gute Dienste, nur muß bei ihrem Gebrauch die gehörige Vorsicht beobachtet werden.

1) Die Mandelmilch, deren Bereitung wir später kennen lernen werden, ist der mehlig-ölige Theil der Mandeln in Wasser aufgelöst oder besser damit gemengt, denn eine förmlich innige Mischung geschieht nie. Frisch ist sie ein kühlendes, jedoch nicht allen Kranken angenehmes Getränk, bei dem man zu berücksichtigen hat, daß seine fettigen oder öligen Bestandtheile stopfen, und daher Stuhlverhaltungen zuwege bringen können. Uebrigens vertragen diejenigen auch sehr gut das kalte Wasser, welche kalte Mandelmilch trinken können.

2) Limonade. Durch seine abkühlenden, der Fäulniß Widerstand leistenden Eigenschaften ein angenehmes wohlschmeckendes, säuerliches Getränk, das in denjenigen Krankheiten gute Dienste leistet, wo sich das Blut zur Zersetzung neigt. Die kühle und kalte Limonade ist besser, als die warme, welche den Magen schwächt. Uebrigens ist es Vorschrift, dieselbe nur säuerlich süß schmeckend, also sehr dünn, an Kranke zu verabreichen. Bei Neigung zum Durchfall ist sie unpassend.

Außerdem hat man noch Orangeade oder Orangenwasser, gefrorene Fruchtsäfte oder Eis, Sorbet, Posset ꝛc.; allein sie müssen durchaus von der Krankenküche entfernt bleiben, indem sie, wie das Eis, den Magen erkälten, oder, wie das Orangenwasser, erhitzende Zusätze haben.

Capitel 33.

Warme Getränke.

Im Grunde mögen diejenigen wohl Recht haben, welche behaupten, die warmen Speisen und Getränke seien keineswegs von der Natur für den Menschen bestimmt; allein eine uralte Gewohnheit hat sie uns so lieb und werth gemacht, daß es lächerlich wäre, den Versuch machen zu wollen, sie auszurotten. Uebrigens bedenke man, daß die Natur selbst uns darauf hinleitete, wenn sie dem zur Welt gebrachten Thier in der Milch warme flüssige Nahrung reicht. Woran wir also von Kindesbeinen unsern Körper gewöhnt haben, dieß wird im Alter nicht mehr schaden. Nur gilt die Regel: „genieße nie Etwas heiß.“

1) Der Thee. Man bringt einzig und allein aus China die getrockneten Blätter der Theestaude. Den davon durch siedendes Wasser erhaltenen Aufguß nennen wir nun

Thee, und zum Unterschied von anderen ähnlichen Absuden, chinesischen oder grünen Thee. Er besitzt einen aromatischen, angenehmen Geruch, etwas süßlich bitter-herben Geschmack, und nach der Dauer des Aufgusses eine helle, bis ins Braunrothe übergehende Farbe. Durch das aromatische Oel bekommt er die erhitzende, durch den Bitterstoff die zusammenziehende Eigenschaft. Dabei wirkt er stark auf den Urinabgang. Schlechter oder zu dünner Thee erschlafft wie warmes Wasser den Magen, und erzeugt alle daraus entspringenden Uebel. Sehr starker Thee reizt und zieht zusammen, und häufig genossen wirkt er, wenn auch entgegengesetzt, eben so schädlich wie der dünne. Kranken, welche an den Thee sehr gewöhnt sind, schadet eine Tasse nicht allzuschwacher keineswegs, nur nicht des Abends spät, weil er das Einschlafen hindert.

Man hat verschiedene Sorten Theeblätter. Die besten kommen zu Lande aus Rußland, Carawanenthee; dann erst kommt der von den Engländern zur See gebrachte. Ein guter Thee habe fest zusammengerollte, dunkelgrüne oder grünschwarze Blätter, die angenehm riechen, ohne parfümirt zu sein.

2) Der Kaffee. Bald hat man ihn hart angegriffen, bald eben so eifrig vertheidigt. Wem er gut bekommt, mag immerhin zu seinem Frühstück eine Tasse guten, starken Kaffee mit etwas Milch vermischt zu sich nehmen, mit oder ohne Zucker. Alle diejenigen sollen ihn hingegen meiden, welche Beschwerden nach seinem Genusse fühlen. Hier ist er offenbar schädlich, ebenso den Kranken und Genesenden, deren Natur nicht dafür gestimmt ist. Daß es aber Constitutionen gibt, denen der Kaffee nicht allein nicht schadet, sondern sogar zuträglich ist, selbst bei erst wiederkehrender Gesundheit, und also wie ein Heilmittel wirkt, davon weiß ich Beispiele. Sonderbar genug waren dieses nicht phleg-

matische oder melancholische, als vielmehr sanguinische und cholerische Menschen. Die Wirkungen des Kaffees sind uns noch nicht hinlänglich bekannt, denn früh Morgens in geringer Menge, aber nicht schwach, nur ohne alle Surrogate, getrunken, wirkt er selten so heftig aufregend, vielmehr bringt er nur im Magen ein angenehmes Gefühl von Wärme hervor. Nachmittags taugt er nicht, und ist sogar schädlich, wie ich häufig Gelegenheit hatte zu bemerken. Der beste Kaffee, kleine, grünliche, feste Bohnen, kommt aus der Levante; ihm steht der westindische oder amerikanische Kaffe nach, jedoch gibt es auch unter diesem recht gute Sorten.

3) Der Cacao und die Chocolade. Ueber den Cacao wurde bereits oben gesprochen, daher hier noch so viel. Es ist eine dunkelbraune fettige Bohne, ohngefähr von der Größe einer Olive. Sie wird geröstet, geschält, zermalmt, und dann fein zerrieben. Die dadurch erhaltene röthlichbraune Masse wird mit Gewürzen und Zucker, oder ohne erstere innig gemischt, in Formen gebracht und in Tafeln als Chocolade verkauft. Die ungewürzte gute Chocolade muß eine dunkelbraune Farbe haben, hart und fettig, nicht aber bröcklig oder mehlig sein; denn dieß ist ein Beweis, daß sie mit Mandelmehl oder anderen Dingen verfälscht ist; ferner einen nicht unangenehmen bittern, wenig aromatischen Geschmack besitzen. Ihre Zubereitung für die Krankenküche in der Folge. Der Cacao ist nährend und sättigend, aber auch sehr verstopfend, daher er nur sehr Entkräfteten zu empfehlen ist. Der beste kommt aus Süd-Amerika.

Zweiter Theil.

Erste Abtheilung.

Die Zubereitung der Krankenspeisen.

Capitel 1.

Ueber die Zubereitung der Krankenspeisen im Allgemeinen.

Die Neigung für das Wohlschmeckende läßt die Menschen schon seit undenklichen Zeiten die Speisen nicht in dem Zustand genießen, wie sie uns die Natur in den rohen Nahrungsmitteln darbeut. Wir haben uns auf sehr wenige beschränkt, welche wir, wie sie gefunden werden, essen, und es gibt fast kein Nahrungsmittel, das nicht für unsern Genuß eine künstliche Veränderung erlitte. Allerdings würden sehr viele Dinge in ihrem Naturzustand nicht einmal genießbar sein, und verlangen daher nothwendig eine Veränderung durch die Kochkunst, aber eben so viel, wo nicht noch mehr, machen wir geradezu durch letztere Verfahrungsweise unverdaulich und schädlich für den Körper, wenn auch angenehm für den Gaumen. Der gesunde Mensch mag zuweilen und unter gewissen Umständen diese Schädlichkeiten ohne auffallenden Nachtheil vertragen, der kranke desto weniger, und aus diesem Grund ist die Nothwendigkeit einer Krankenspeise-Lehre erklärlich. Solche kann nun nichts Anderes enthalten, als eine Anweisung über die beste Art

und Zubereitung der Speisen für Kranke oder auch für diejenigen, welche sich in der Wiedergenesung befinden, und zwar im Allgemeinen und mit Angabe der für die einzelnen Krankheiten angemessenen Nahrungsmittel, welches letztere man auch die diätetische Heilmittellehre genannt hat. Ihr allein sind sehr wahrscheinlich die Erfolge zuzuschreiben, welche wir bei homöopathischen Kurmethoden beobachten können. Sie ist zugleich derjenige Theil der Medicin, der von Jedermann ohne viel besondere Vorkenntnisse erlernt und ausgeübt werden mag, daher eine wahre Volksarzneikunde, und es kann nicht genug gethan werden, um alle, oder wo möglich die Mehrzahl der Menschen mit ihr bekannt zu machen.

Sie zerfällt in drei Abtheilungen, deren erste, oder die Kenntniß von den Nahrungsmitteln überhaupt, ein Gegenstand des vorhergehenden Theiles war; die zweite die Zubereitung der Speisen selbst befaßt; die dritte sich mit Angabe der Kost in den verschiedenen Krankheiten beschäftigt. Beide letztere Abtheilungen bilden diesen zweiten Theil, dem als Anhang einige Worte über Krankenpflege beigegeben wurden; denn nur so glaubte der Verfasser ganz den Anforderungen entsprochen zu haben, die man an ihn machen konnte.

Bevor wir nun die Formeln für die Zubereitung kennen lernen, müssen erst einige Dinge in Betracht gezogen werden, die man Handgriffe der Kochkunst nennen kann.

Capitel 2.

Ueber die Art und Anwendung des Kochgeschirrs.

Zu unserem täglichen Gebrauch wenden wir in der Küche theils metallenes, theils irdenes Geschirr an, ohne

dadurch eine auffallende nachtheilige Veränderung für unsere Gesundheit in den meisten Fällen zu verspüren; gleichwohl ist es keineswegs gleichgültig, ob man zur Bereitung von Krankenkost Geschirr von einer oder der andern Masse verwendet. Es gibt kleine oder geringe Schädlichkeiten, welche der kräftige Körper des Gesunden leicht zu überwinden vermag, während die empfindlichen Eingeweide des Kranken dadurch auf das heftigste erschüttert, und selbst das Leben gefährdet werden kann. Dieses offenbart sich ebenfalls beim Gebrauch der Kochgeschirre. Untersuchen wir zuerst die metallenen. Sie sind entweder von Kupfer, Zinn oder Eisen gearbeitet, metallische Substanzen, welche die Beschaffenheit haben, von Flüssigkeiten, in denen Säuren enthalten sind, auf das Leichteste angegriffen zu werden. Darunter versteht man aber nichts Anderes, als daß diese Säuren Metalltheilchen so in sich aufnehmen, wie das Wasser den Zucker. Genießen wir dann die Flüssigkeiten, so müssen zugleich damit die aufgelösten Theilchen in den Magen kommen. Bekanntlich sind es gerade die Metalle, welche in äußerst geringer Menge auf den geschwächten menschlichen Organismus wirken, und ihn selbst zerstören können. Diese Eigenschaft besitzt vorzüglich das aufgelöste Kupfer, Grünspan oder Kupferkalk, und man hat aus dem Grund schon seit langer Zeit, um diesem Uebel vorzubeugen, die kupfernen Geschirre verzinnt; indem man das Zinn für schwer auflöslich und unschädlich hielt. Jedoch ereigneten sich von Zeit zu Zeit Fälle, wo Speisen, auch in den bestverzinntesten Gefässen gekocht, Krankheiten verursachten. Man schob dieß immer auf die Rechnung des Zusatzes von Blei im Zinn; allein neuere Beobachtungen haben bewiesen, daß auch das Zinn sich aufzulösen und im Körper gefährliche Zufälle hervorzubringen vermag. Wenn diese Erfahrungen uns beim Gebrauch solcher metallenen Geschirre überhaupt zur Vorsicht

mahnen, so fordern sie uns zugleich auf, von der Krankenküche dieselben ganz entfernt zu halten.

Was die eisernen Gefässe anbetrifft, so ist dabei die Gefahr ungleich geringer, da ja das thierische Blut selbst dieses Metall enthält, und nur sehr saure Substanzen oder die Dauer der Zeit im Stande sind, eine größere Menge davon zu zersetzen oder Eisenrost hervorzubringen. Die steinernen, steingutenen, irdenen Geschirre, sind ohne Zweifel jederzeit die besten, wenn sie entweder ohne Glasur oder mit einer solchen, welche keine Bleiglätte enthält, verfertiget wurden. Dergleichen sind neuerer Zeit gut und wohlfeil zu bekommen; vorzüglich sind die Waldenburger und Ypser Töpferwaaren. Vergleiche auch noch weiter das 23. Capitel.

Capitel 3.

Ueber das Aufbewahren und Zurichten des Fleisches.

Das Fleisch muß bekanntlich, wenn es am leichtesten verdaulich und am wohlschmeckendsten werden soll, einen gewissen Grad von Mürbigkeit erlangen, ohne jedoch Merkmale der Fäulniß an sich zu tragen; man nennt dieß das Fleisch sterben, mortificiren lassen. In der Regel soll alles Fleisch, mit Ausnahme des Geflügels, welches früher verwendet werden kann, einen Tag dem Zutritt der freien Luft ausgesetzt sein. Im Sommer ist dieß mit vielen Schwierigkeiten verbunden, indem die sogenannten Schmeißfliegen ihre Eier an das Fleisch legen, wodurch sich Maden erzeugen und die Fäulniß befördert wird. Solches zu verhindern hat man eine Menge Methoden. Bald hängt man es in Eisgruben oder tiefe Brunnen, bald wickelt man es in Brennesseln, die frisch sind, schlägt ein reines Leintuch darum und steckt es in Hirsekörner.

Am vorzüglichsten ist jedoch diese Art und Weise. Man lasse sich vom Tischler aus Holz eine förmliche Laterne machen, deren Fenster man mit Leinwand dicht überzieht, und wo sich auch die Thüre so gut verschließen läßt, daß keine Fliege im Stande ist durchzudringen. In der Spitze der Laterne befindet sich ein Haken, an welchem das Fleisch aufgehängt wird. Außen ist ein Ring, woran man die Laterne ebenfalls aufhängen kann. Bringt man sie mit dem Fleisch an einen kühlen, luftigen Ort, so ist letzteres selbst mehrere heiße Tage hindurch frisch zu erhalten.

Die zweite Art, das Fleisch aufzubewahren, ist das Pöckeln; da jedoch eingepöckeltes Fleisch für die Krankenküche nicht verbraucht werden kann und darf, so unterlasse ich billig die Beschreibung vom Zurichten des Pöckelfleisches.

Die dritte ist das Beizen, was folgendermaaßen geschieht: nachdem das Fleisch sauber abgewaschen, so daß alles Blutige entfernt ist und die derberen Stücke, namentlich vom Wildpret, halbgar gekocht wurden, legt man es in ein irdenes, mit einer genau passenden Stürze oder Deckel versehenes Geschirr, gießt guten scharfen Weinessig darüber, (denn der Bieressig gibt dem Fleisch einen bittern Geschmack), umschlägt es vorher noch mit einem in Essig getauchten Tuch, deckt ein Tuch über das Gefäß, und legt dann erst den Deckel darauf und legt es in den Keller. Man muß fleißig nachsehen, das Fleisch umwenden, das Tuch abnehmen, auswaschen und in frischen Essig tauchen, so wie frischen Essig aufgießen, wenn der alte seine Schärfe verloren hat. — Man hat fürs Beizen dasjenige Fleisch zu wählen, was die wenigsten Knochen hat, also vom Rindfleisch: Lendenbraten, Oberschaalen- und Riemenstück; vom Kalb: Vorder- und Hinterschlägel. Den Schweinsschinken kann man ebenfalls beizen, nur muß die Schwarte abgezogen werden.

Eine andere Art zu beizen, und Fleisch beinahe ein halbes Jahr gut und wohlschmeckend zu erhalten, ist die: man wasche das Fleisch vollkommen rein, setze es mit kaltem Wasser zu und lasse es sieden, bis es zu schäumen anfängt, nimmt es nun heraus, reibt es ein wenig mit Salz und gestoßenen Wachholderbeeren, läßt es abkühlen und bringt es kalt in einen Hafen oder Topf, auch Casserole, legt Majoran und Lorbeerblätter darüber, und gießt solange geringen Wein und Weinessig darauf, bis das Fleisch bedeckt ist; alsdann bringt man es in den Keller, und schützt es im Winter vor Frost. Wenn es zum Essen vorgerichtet werden soll, muß man es ein wenig wässern und etwas salzen. Das Fleisch ist mürbe und gut.

Die vierte Art ist das Räuchern oder Selchen. Man versteht darunter, wenn das frische Fleisch von Vierfüßlern, Vögeln oder Fischen durch den Rauch so trocken gemacht worden ist, daß es zum Verspeisen tauglich bleibt. Doch wird es, bis auf den Schweineschinken, schwerer verdaulich durch diese Bereitung, und Kranke sollen dasselbe nie, Genesende nur in sehr kleinen Portionen genießen, sich dann jeder Zeit Bewegung machen und viel Wasser trinken. Der rohe Schinken ist leicht verdaulich, besser als der gekochte, und nicht fett; kleingeschnitten, ist er für Schwindsüchtige häufig und nicht mit Unrecht empfohlen worden. Es ist das einzige vom Schwein, was in der Krankenküche vorkommt.

Zum Räuchern schickt sich alles Mittelfleisch, was nicht zu alt oder zu jung ist. Wer sehr altes Fleisch räuchert, bereitet eine zähe, trockene, unverdauliche Kost. Was man zu diesem Zweck vom Fleisch bestimmt, dieß legt man in Wannen, Mulden (oder Schäffel, süddeutsch), salzt es und läßt es so lange darin, bis das Salz zergangen ist; auch kann man etwas zerstoßene Wachholderbeere beifügen. Hier-

auf wird es noch einige Tage mit Salzwasser begossen, und dann in den Schornstein oder die Rauchkammer gehängt. Hammelfleisch hält sich so beinahe ein Jahr, und bleibt ziemlich saftig. Rindfleisch wird noch besser geräuchert, wenn man das Fleisch von einem vier- bis fünfjährigen Ochsen, warm vom Schlachthaus weg, tüchtig einsalzt, und wenn das Salz zerronnen sogleich in den Rauch hängt, wo es nur so lange bleiben darf, bis es getrocknet aber nicht hart geworden ist. Dann hebt man es an einem kühlen Ort auf. Schinken werden am besten auf zweierlei Weise geräuchert. Einmal läßt man sie nach dem Schlachten einige Tage liegen, wo es kühl ist, dann salzt man sie, besonders gut um die Knochen, wo sie leicht madig werden, und läßt sie in der Salzlage eine Woche liegen; dann bringt man sie auf ein Brett und deckt dieses mit einem anderen zu, legt Gewichte darauf, damit das Salzwasser ausgepreßt werde. Jetzt salzt man die Schinken noch einmal, und zwar auf der der Schwarten- oder Speckseite entgegengesetzten Richtung, und läßt sie drei Tage liegen, worauf sie in den Rauch gebracht werden. Ein wenig Salpeter unter das Salz gibt dem Fleisch eine schöne rothe Farbe und guten Geschmack. Die zweite Manier ist die: Man klopfe oder bläue die Schinken mürbe, (im Winter wird dieß durchs Frieren lassen aber schlechter bewirkt), und beizt sie dann mit Salz. Noch besser, wenn man rothe Rüben in Weinessig siedet, mit der Brühe erst die Schinken reibt, sie dann in ein Faß legt und Schichten von rothen Rüben, Schinken und wieder rothen Rüben macht, dann den mit den Rüben gesottenen Essig darüber gießt und mit Brettern und Steinen beschwert, das Ganze vier Wochen liegen läßt, worauf es in den Rauch kommt. Auf diese Weise kann man auch Zungen räuchern. Geselchte Fische soll keiner genießen, der

nicht vollkommen gesunden Magen hat; deßgleichen Gänse und anderes Geflügel.

Kann das Fleisch gleich frisch verbraucht werden, so kann man es:

1) kochen, wobei man es am schmackhaftesten erhält, wenn man es mit warmem Wasser zusetzt, hingegen eine bessere Brühe bekommt, wenn man es mit kaltem Wasser zusetzt;

2) braten, das heißt durch Hitze das Fett des Fleisches zum Schmelzen bringen und mürbe und saftig machen, zugleich aber es hellbraun außen verkohlen: denn die Rinde des Bratens ist nichts Anderes als eine hellbraune Kohle. Es gewinnt dadurch an Schmackhaftigkeit und Verdaulichkeit; daher gutgebackenes Fleisch am gesündesten und nahrhaftesten ist. Man bratet es entweder auf dem Rost, in der Pfanne oder am Spieß; letztere beiden Arten geben die besten Braten. Das trocken gebratene Fleisch heißt gebackenes.

Capitel 4.

Die Speisen vom Fleisch vierfüßiger Thiere.

1) Ueber das Rindfleisch und seine Zubereitung. Rindfleisch von nicht altem und abgetriebenem Vieh dürfen Kranke, welche weder Fieber noch sehr empfindlichen Magen haben, ohne Besorgniß genießen; nur muß es weich und nicht zu sehr ausgekocht sein.

Was das Kochen des Rindfleisches anbetrifft, so kann ich dieses, da es jeder Hausfrau bekannt ist, übergehen, aber die Erinnerung in das Gedächtniß rufen, daß man es nie mit ausländischen Gewürzen, auch nicht mit viel Kümmel, Fenchel, Anis u. s. w. versetzen soll; dage-

gen sind Salz und die früher aufgezählten Kräuter und Wurzeln als Zuthat nicht verwehrt, sondern sehr passend.

Rinderbraten muß von Krankenköchinnen so zubereitet worden. Man nimmt Rindfleisch vom Hinterviertel, klopft es mürbe, sprengt es mit Salz ein, und tropfet nach etlichen Stunden etwas Essig darüber, belegt es mit Zwiebelscheiben und läßt es über Nacht stehen. Andern Tags kommt der Braten entweder an den Spieß oder in eine irdene Pfanne, wo man ihm anfangs nicht viel Hitze gibt. So oft er trocken wird, begießt man ihn mit zerlassener Butter, und bestreut ihn mit feingeriebenem Semmel. Sobald er dunkelbraun wird, und zwei bis drei Finger tief weich ist, kann er gegessen werden.

Gedämpftes Rindfleisch ist ebenfalls keine verwerfliche Krankenspeise. Man nimmt dazu Keulen oder Lendenbraten, spickt und bestäubt ihn mit Mehl, worauf er mit Butter braun gemacht wird. Hierauf gießt man gute Fleischbrühe und einige Löffel voll Wein darüber, thut ein Paar Lorbeerblätter, etwas Zwiebel und einige zerschnittene Sardellen hinzu, und läßt es einige Stunden wohl zugedeckt dämpfen.

2) Fleischbrühen sind ein herrliches Mittel schwache und reizbare Mägen zu stärken, und nahrhafte Stoffe in den Körper zu führen. Nach den Verdauungskräften des Kranken muß sich jedoch auch jederzeit die Menge und Stärke der gereichten Fleischbrühe richten. Je schwächer diese verordnet wird, um so weniger darf das Fleisch ausgekocht sein, und desto mehr muß alles Fett abgenommen werden. Man gibt sie den Patienten tassenweise drei- bis vier Mal des Tages; wie man überhaupt sich das zur festen Regel zu machen hat, Kranke wie Kinder zu behandeln; ihnen mehrmal des Tages, aber immer nur wenig, an Speise und Trank zu reichen. Je nahrhafter die Bouillon oder Fleischbrühe ist, desto mehr gibt sie den Verdauungs-

kräften zu thun, und die Menge von Fleischtheilen erzeugen auch weit leichter Fäulniß in dem Magen. Dieß zu verhindern setzt man gewöhnlich Kräuter und Wurzeln zu, indem diese durch ihre säuerlichen und salzigen, abführenden und erweichenden Eigenschaften der Fäulniß entweder Widerstand leisten oder die Verdauung befördern. Ihre Auswahl bedingt sich nach der Krankheit, ebenso ihre Zubereitung; indem man entweder diese Kräuter mit der Brühe genießen läßt, oder letztere nur allein und die Kräuter durch Seihen mit einem Tuch vorher entfernt oder ihren frisch ausgepreßten Saft mit der Brühe vermischt.

Die stärkste Fleischbrühe nennt man auch Kraftbrühe oder Gallerte, und Boerhaave sagt: man nehme sich in Acht, dieselbe einem geschwächten Magen anzuvertrauen, denn sie werden nur durch große Kräfte verdaut, und können sich in einen wahren Leim verwandeln, wo diese Kräfte fehlen. Es ist ein verwerflicher Volksglaube, Kraftbrühe sei um so viel kräftiger für den Magen, als sie unvermengt ist, da doch die Erfahrung lehrt, daß sie um das zehnfache mit Wasser vermengt einem schwachen Magen um so besser bekömmt.

1) Die leichtere Rindfleischbrühe. **Bouillon.** Man nehme ein gutes Stück Rindfleisch und einige Markknochen, wasche sie rein aus, salze gehörig, und setze sie mit kaltem Wasser ans Feuer, nachdem man zuvor einiges Wurzelwerk, als: Sellerie, Möhren, Pastinak und Petersilie zugesetzt, jedoch alle andere Würzen davon gelassen hat. Lasse es mehrere Stunden tüchtig kochen, und gieße die Brühe zum Gebrauch ab.

2) Stärkere Rindfleischbrühe. **Coulis.** Ist die von ganz zerkochtem und durchgeschlagenem Fleisch bereitete Brühe. Am besten läßt sie sich in den sogenannten papinianischen Topf bereiten, der deßhalb in keiner größern Haushaltung fehlen sollte. Man hat bei diesem den Vortheil, nicht allein das Fleisch, sondern auch die festesten Knochen zu Gallerte zerkochen zu können. Wer sie auf die gewöhnliche Weise machen will, nehme gutes wohlgewasche-

nes Rindfleisch, setzt es mit kaltem Wasser, Wurzelwerk, wenig Salz und Semmelrinden zu, und kocht alles solange, bis es sich zu einem Brei zerrühren läßt. Hierauf wird die Brühe durch ein Haarsieb getrieben.

3) Trockene Fleischbrühe, Potagekuchen, Suppentafeln. Nimm zwölf Pfund saftiges aber nicht zu fettes Rindfleisch, einen gesprengten Markknochen, einen Kalbsfuß und zwei alte Hähne, die im Mörser zerstampft worden sind, etwas Salz und vier oder fünf Lorbeerblätter, setze es mit Wasser an in einem irdenen wohl verdeckten Topf, lasse es zwölf Stunden kochen, wobei es zuweilen umgerührt und abgeschäumt werden muß. Sehr gut ist es, wenn man mit Kohlen immer eine gleichmäßige nicht zu starke Hitze geben kann. Hierauf seiht man alles durch ein Haarsieb, läßt die Brühe kalt werden, nimmt das Fett rein ab und kocht die zurückgebliebene Gallerte über Kohlen vorsichtig ein, damit sie nicht anbrenne. Wenn sie die gehörige Dicke erhalten hat, schüttet man sie auf ein berandetes Blech, zerschneidet sie in beliebige Stücke und schiebt sie in einen nicht zu heißen Backofen zum Trocknen.

Diese verschiedenen Brühen leisten für Kranke sehr gute Dienste, wenn sie etwas stark sein sollen. Wo kein Rindfleisch angewendet werden kann, nimmt man andere Fleischarten, z. B. Kalb- oder Huhnfleisch, deren Zubereitungsart an dem geeigneten Orte zu suchen ist. Wenn man die Suppentafeln benützen will, so nimmt man auf einen Teller oder eine Portion Suppe ein halbes Loth trockene Bouillon, und wirft sie in heißes Wasser, wo vorher etwas Petersilie und dergleichen Wurzelwerk gekocht worden, man salzt und rührt das Ganze um, bis die Gallerte vollkommen zergangen ist. Einige thun etwas Semmel und das Gelbe von einem Ei hinzu.

3) Kalbfleischspeisen für die Krankenküche.

1) Für Kranke ist das Kalbfleisch gekocht mit Spinat, Spargel, Sauerampfer, Sellerie, Zucker-Petersilien- oder Haberwurzel, Spinat, u. s. w., nach Beschaffenheit des Zustandes zu empfehlen; sollen säuerliche Speisen genossen werden, so gibt das in Essig mit Zwiebeln abgesottene Kalbfleisch eine gute Kost, oder man kann es so zurichten: Nimm vom vorderen Viertel ein saftiges Stück Kalbfleisch, wasche es mit kaltem und putze und brühe es mit siedendem Wasser. Wenn es ausgekühlt ist, wird es

mit guter Fleischbrühe, einer Hand voll Capern und kleinen Rosinen, etwas feingeriebener Semmel und zwei Eßlöffel gewöhnlichen Weins, mit einem Stück Butter und Zwiebeln über Kohlenfeuer gedünstet. Statt der Capern und Rosinen kann man auch Blumenkohl nehmen.

2) Außerdem können Kranke magere Stücke vom Schlegel- und Nierenbraten oder fricassirt ohne Gewürz mit Compôt oder Salat, nach den Umständen genießen; verboten aber sind ihnen alle übrigen Kalbfleischspeisen, als: gefüllte Kalbsbrust, Kalbskopf, Gekröse, Geschlinge (Herz, Leber, Milz), Nase, Hirn u. s. w., mit Ausnahme der Kalbsfüße, welche mit Reis oder Gerste gekocht, für Genesende ein sehr geeignetes Essen abgeben. — Die Kalbsmilch ist sehr weich und zart, und macht ebenfalls eine Ausnahme.

3) Kälberlungenmus ist ein kühlendes, nahrhaftes Mus, was man erhält, wenn man eine Kälberlunge und Zucker oder Zuckerkant, so viel die Lunge wiegt, in einen Hafen oder Topf thut, diesen gut verklebt und in einem Kessel mit Wasser drei bis vier Stunden lang kochen läßt. Von diesem Mus nimmt man früh und Abends theelöffelweise.

4) Kraftbrühe von Kalbfleisch. Man nehme eine Kalbskeule und ein junges Huhn, zerkoche es ganz. Wenn man die Bouillon durch ein Seihetuch gebracht hat, so bringt man sie in einem flachen Gefäß über einem kleinen aber gleichmäßigen Holzkohlenfeuer ins Wallen, wobei man sie, das Anbrennen zu verhüten, fleißig umrührt. Auch zertheile man die sich obenaufsetzende Haut, damit das Wässerige um so besser verdampfen kann. Es wird bis zur Geleedicke fortgefahren, hierauf das Gefäß über ein anderes mit siedendem Wasser gebracht und die Feurung fortgesetzt. Man bedeckt es mit einem Blech, was oben eine Röhre hat, damit die Feuchtigkeit verfliegen kann, und die Wärme sich vermehre. Zuweilen rührt man die Gallerte um und kocht sie so einige Stunden, bis ein starker Leim daraus wird; alsdann läßt man sie erkalten und schneidet sie zu Tafeln.

5) Kalbsfleischbrühe mit Brustkräutern. Man nehme weiße Eibischwurzeln, Lungen- und Leberkraut nebst den Herzchen von blauem Kohl, von jedem eine Handvoll. Schneide dieß alles klein. Hierzu thut man drei Löffel kleiner körniger Habergrütze, zwei gehackter Kälberfüße mit

dem Knie an der Keule, etwas weniges Majoran, Thymian und Pfefferkraut, schüttet es in einen Hafen oder Topf, und gibt ihm drei Maaß Wasser, verkleve das Gefäß genau und lasse die Masse drei Stunden lang kochen. Hierauf drücke man sie durch einen feinen Durchschlag und stelle sie in den Keller, bis es zu einer Sulze geronnen ist. Es ist eine nicht nur erweichende und nährende, sondern auch reinigende Gallerte. Man zerlasse für den Gebrauch drei Eßlöffel davon in einer Tasse voll dünner Rindfleischbrühe, und solches früh und Nachmittags den Kranken nehmen.

6) Erweichend Kalbfleischbrühe für Schwindsüchtige. Man nehme zwei Pfund zerklopftes Kalbfleisch und vier Loth reine Gerstenkörner; koche dieses zusammen in einem wohlverschlossenen Gefäß mit drei und einem halben Quart Wasser drei Stunden lang. Zuletzt thue man acht Loth Scorzenerewurzel, ein halbes Pfund gemeine Laktuka und acht Loth Lämmerlattich dazu, lasse es noch eine Viertelstunde lang aufwallen und seihe es durch. Davon trinkt man alle zwei Stunden eine Theetasse voll. Wem diese Fleischbrühe zu dick ist, der kann sie mit warmem Wasser verdünnen. Sie ist eine Erfindung des berühmten holländischen Arztes Boerhaave.

4) Hammelfleischspeisen. Sie sind Kranken verboten. Weit in der Genesung Vorgerückte können von jungen zweijährigen Hammeln das magere Fleisch von der Keule oder dem Schlegel, ohne alles Gewürz nur mit etwas Salbei, Zwiebel und gehackten Sardellen gebraten nebst Salat oder Compôt, wie es die Umstände verlangen, genießen. Das mit Gemüsen gekochte derbe Fleisch, so wie die anderen Theile, Nieren u. s. w., sind durchaus nicht für die Krankenküche. — Lammfleisch taugt gleichfalls schlecht.

5) Ziegenfleischspeisen. Von den jungen im Frühjahr geschlachteten Ziegen, wenn sie, wie oben bei dem Kalbfleisch angegeben wurde, zubereitet sind, können Kranke recht gut und ohne Schaden essen.

6) Schweinene Speisen. Nur der rohe Schinken,

klein gewiegt, mit Petersilie und andern Kräutern auf Semmel oder Brod, ist gesund und leicht verdaulich; alles übrige Schweinefleisch, habe es Namen, wie es wolle, ist streng verboten.

Von den zahmen Vierfüßlern, mit Ausnahme des Schweins, sind die Zungen in säuerlicher Brühe ohne Gewürz zubereitet eine sehr empfehlenswerthe Krankenkost.

7) Hirschfleischspeisen. Das Fleisch des Hirsches, wenn er alt ist, oder parforce gejagt, oder in der Brunft- (Brunst-) Zeit geschossen ist, soll für die Krankenküche nie benützt werden. Dagegen das vom Schmalthier, Spießhirsch oder Kalb, letzteres ist das beste, davon wiederum Keulen oder Bug, Ziemel oder Rückenstück vorzüglicher. Für Kranke sei es entweder gebraten, gedämpft oder gekocht. Es soll nie zu diesem Zweck riechend oder wohl gar madig sein. Für die Krankenküche eignen sich:

1) Gebratener Hirsch.
2) Gedämpfter Hirsch.
3) Gekochtes Hirschwildpret. Man zerschneide das Fleisch in Stücken nach Belieben, wasche und koche es weich, hierauf richte man es mit einer der weiter unten beschriebenen Kräuterbrühen an.

8) Rehwildpretspeisen. Sie werden auf dieselbe Weise, wie die vorhergenannten, zubereitet, und es gilt von der Güte und Brauchbarkeit des Fleisches ebendasselbe, wie vom Hirsch.

9) Wildschweinfleischspeisen. Können Kranken und Genesenden nicht gestattet werden.

10) Hasenfleischspeisen. Von jungen, nicht durch Hunde gehetzten, sondern geschossenen Hasen ist der Braten sehr gut und nicht schwer verdaulich. Der Rücken mit dem Hintertheil wird gehäutet, das Fleisch eine Stunde in Essig gelegt, hierauf gewaschen, durch die beiden Viertel mit Hölzchen gespreizt oder gespeilt, und vorn durch den hohlen

Leib gespickt, gesalzen, ein wenig verschwitzen lassen, und am Spieß mit Butter bei gelindem Feuer gebraten mit Semmel, aber nicht, wie die Kochbücher vorschreiben, mit Citronenschaale bestreut, Genesenden mit Compôt oder Salat nach Umständen vorgesetzt.

Alle übrigen Zubereitungen, ferner das Hasen-, Schwarz-, Klein- oder Jung-Wildpret taugen nicht für unsern Zweck.

11) Kaninchen oder Lapinfleischspeisen. Sind noch besser für die Kranken, als die von Hasen. Man kann diese Thiere auf die vorherbeschriebene Art braten oder wie Hirsch- und Rehfleisch dämpfen.

Capitel 5.

Ueber die Speisen, welche von den Vögeln bereitet werden können.

1) Die Hühner. Sie sind für die Krankenküche von großer Wichtigkeit, denn nicht allein ihr Fleisch, sondern auch ihre Eier, lassen sich vortrefflich benützen. Ueber dieses letztere Produkt wird das folgende Capitel Belehrung geben.

Die jungen Hähne können Kranken, die sich in der Wiedergenesung befinden, gebraten zur Kost gereicht werden, nur dürfen sie die Butter nicht mit essen, in welcher die Hühner gebraten wurden. Noch besser sind die gekochten, wozu auch die alten benützt werden können. Sie geben eine sehr verdauliche und gesunde Speise, namentlich das Fleisch an der Brust.

1) Gekochtes Huhn. Nachdem der Henne die Kehle abgeschnitten, dieselbe gebrüht und wieder mit kaltem Wasser abgewaschen worden ist, schneidet man sie hinter den Beinen auf, nimmt die Eingeweide und die Gurgel nebst dem Kropf heraus, sticht ihr die Augen aus, schneidet das untere Maul und die Zehen an den Füßen ab. Um sie schön weiß zu kochen, wickle man sie in ein Serviett, oder

stecke einen Spreil durch dieselbe, und setzt sie mit hinreichendem Wasser ans Feuer, bis sie vollkommen weich sind.

Als Gemüse kann dazu gegeben werden: eine Capern- oder Sardellenbrühe, wenn es sonst die Umstände des Kranken erlauben; Petersilienwurzeln, Blumenkohl, grüne Erbsen, junge Bohnen; in einigen Krankheiten, wie Faulfieber und Scorbut, ist auch das Sauerkraut empfehlenswerth; Reis oder Gräupchen (Gerste). Mit Macaroni, Krebsen u. s. w., muß man den Kranken nicht ergötzen wollen.

2) Kraftbrühe vom Huhn. Man nehme einen wohlgequetschten Capaunen, zwölf lebendige Krebse, ein halbes Pfund Weißbrod, welches über Nacht in Milch geweicht worden, zwei Loth kleine Rosinen, Endivien und Lattich eine Hand voll, stoße alles klein, thue es in ein oben etwas enges Gefäß, welches man, nachdem noch ein Schoppen Madeirawein und ein Maaß Wasser dazu geschüttet, mit Schweinsblase wohlverbindet, und in einem Kessel mit Wasser sechs Stunden lang kochen läßt. Hierauf drückt man es durch ein feines Haarsieb, schöpft das Fett ab und läßt es an einem kühlen Ort zu Gallerte gerinnen. Will man Kranken davon geben, so sind zwei bis drei Löffel, in dünner Fleischbrühe oder warmem Wasser aufgelöst, Morgens und Abends hinreichend. Die gekappten Hühner und Kapaunen gebraten sind ein vorzügliches Krankenessen, wenn alles Gewürz davon gelassen wurde.

2) Truthühner, Indian, Welscher Hahn. Die jungen oder gemästeten sind tauglich für die Krankenküche, und werden am besten wie Hühner gekocht oder gebraten, nur erfordert ihr mageres Fleisch etwas mehr Butter. Oefter findet man bei Köchen die unmenschliche Sitte, daß man den Truthahn auf dem Bauch braun und blau schlägt, ihm dann ein Gemisch von Wein, Gewürz und Essig einflößt, dann das arme Thier aufhängt und sich zu Tod zappeln läßt. Abgesehen von der abscheulichen Grausamkeit, wird nicht einmal der beabsichtigte Zweck erreicht und das Fleisch verdaulicher; vielmehr ist alles Fleisch von zu todt geängstigten Thieren ungemein schädlich und kann höchst gefährliche Zufälle verursachen.

3) Zahme Tauben. Es dürfen nur die jungen für die Krankenküche verwendet werden. Am besten ist es, wenn man sie mit grünem Gemüse gekocht gibt. Die gebratenen Tauben sind mehr für Genesende und das Gefüllte sollen auch diese nicht essen; es macht Aufstoßen, Magensäure und Schleim. Wessen Geldbeutel es verträgt, der esse nur die Brust der gebratenen Taube.

4) Zahme Gans. Soll, wie bereits im ersten Theil erinnert wurde, keine Krankenkost abgeben; auch schwächliche und alte Leute können sich durch Gänsebraten, selbst bei kleinen Portionen, Unverdaulichkeiten zuziehen und den Magen sehr verderben.

5) Zahme Ente. Gibt einen guten wohlschmeckenden Braten für Kranke, wenn das Fett etwas und die Gewürze ganz gespart wurden. Anzurathen besonders sind die Bruststücke. Vor dem Zurichten soll man die Ente gut ausgenommen, und mit Wasser kalt aber öfter abgespült, dann drei Stunden in einer Flüssigkeit von einem halben Quart Weinessig und ein Maas Wasser gebeizt haben.

6) Der Fasan; 7) das Haselhuhn; 8) das Birkhuhn. In Absicht der Krankenküche sind sie alle gleich gut. Sie haben ein gesundes Fleisch, dessen Zurichtung ganz so, wie bei den folgenden Vögeln für Kranke ist.

9) Das Reb- oder Feldhuhn. Das Rebhuhn für unsern Zweck soll nicht geschweißt oder geblutet haben, sondern, wenn es nicht vom Schrot tödtlich getroffen, ihm der Kopf eingedrückt oder das Genick mit einer Feder durchstoßen worden sein. Die jungen und nicht zu lange gelegenen Rebhühner sollen ausgewählt werden. Wenn man sehen will, ob ein Rebhuhn frisch oder alt sei, so darf man ihm nur nach den Augen sehen, denn je länger es liegt, je welker werden diese.

Man kann sie kochen und zwar zerquetschen und Suppe

davon herrichten oder sie können mit Kohl und anderem erlaubtem Gemüse in guter Fleischbrühe zugerichtet werden.

Zum Braten soll man ihnen die Flügel kürzen, den Kopf aber ungepflückt lassen, in heißem Wasser längere Zeit brühen, dann in kaltes zum Abkühlen legen. Hierauf wird das Huhn gespeilert und in der Pfanne oder am Spieß gebraten, wobei die ablaufende Brühe aufgefangen wird. Die sehr kleinen belegt man mit einer Speckschnitte, und umwickelt sie mit einem Weinblatt, worauf sie so gebraten werden.

Am besten brät sich das Rebhuhn folgendermaßen am Spieß. Nachdem es gebrüht und hergerichtet ist, hält man es mit Butter oder Speck bestrichen über ein Kohlfeuer so lange, bis es ein wenig angelaufen ist, dann wischt man es mit einem reinen Tuch trocken ab, bringt es an den Spieß und gibt Feuer von hartem Holz oder Holzkohlen. Damit es nicht zu braun werde, besteckt man es mit Papier und begießt es mit nicht allzuheißem Butter. Wenn das Huhn dann beinahe gebraten ist, wird es mit fein geriebenem Semmel leicht bestreut.

Das Bruststück ist bei weitem besser, als die übrigen Theile. Andere Zubereitungen taugen für die Kranken durchaus nicht, wie z. B. Pastete ꝛc. Kaltes Rebhuhn ist ebenfalls erlaubt, wenn es nur nicht zu lange aufbewahrt wurde.

10) Die Wachteln. Sie werden so zugerichtet wie das Rebhuhn; nur gilt von ihnen das, was in dem ersten Theil bereits gesagt wurde, daher man sie lieber bratet, zerstößt und zu Kraftsuppen oder Brühe für Kranke verwendet.

11) Lerche; 12) Krammetsvogel; 13) Ortolan. Von ihnen dürfen die, welche schon weiter in der Genesung vorgerückt sind, Brust und Schenkelstück genießen, wenn sie ohne alles Gewürz am Spieß gebraten wurden. Die ge-

wöhnlich sehr fetten und stark gewürzten, gebratenen Lerchen bekommen häufig den gesundesten Menschen sehr schlecht, was nie der Fall sein würde, wenn man sie nicht so reizend machte.

14) Auerhahn. Er kann durch Zubereitung so vorgerichtet werden, daß, wenn er sonst nicht zu alt ist, man ihn Genesenden vorsetzen kann.

Wenn er gerupft worden ist, weide man ihn sorgfältig aus und klopft ihn tüchtig bis er mürbe sich anfühlen läßt; hierauf wäscht man ihn, hält ihn einige Zeit in siedend heißes Wasser, und dann wieder in kaltes. Darauf wird er gespickt und gehörig mit Salz eingerieben und einige Stunden so liegen gelassen. Jetzt steckt man ihn an den Spieß und bratet ihn sehr langsam; je besser dieses geschieht, um so mürber wird er. Sobald er anfängt zu braten, begieße man ihn mit Butter, umwickle ihn mit Papier, und gieße wieder Butter darüber. Ist das Papier sehr braun geworden, so wickle man frisches darüber und behandle den Vogel so drei Stunden lang am Feuer. Er wird auf diese Weise sehr schmackhaft und weich.

15) Schnepfen. Eine Speise für die schon gestärkteren Patienten.

In der Regel brät man sie unausgenommen; für unsern Zweck geht diese Bereitungsart nicht. Man rupfe sie, ziehe ihnen die Haut vom Kopfe, drehe die Füße, stoße ihnen ihren Schnabel statt des Spreils durch den Leib, nehme die Eingeweide heraus und gebe diesen Leckerbissen den Gesunden, brate sie am Spieß und sprenge sie dabei öfter mit Salz.

Die kleinsten Schnepfen brät man wie die Rebhühnchen mit Weinblättern umwickelt.

16) Wilde Taube. Die jungen haben ein gutes Fleisch, für Kranke passend. Zubereitung ebenso wie bei den zahme

17) Die Amsel; 18) der Kiebitz. Sie dienen als Ersatz für die Lerchen und werden eben so zubereitet.

19) Wilde Gans. Jung ein vorzüglich feines Gericht, dessen Zubereitung sogleich bei den wilden Enten beschrieben werden soll.

20) Wilde Ente. Da die wilden Vögel sich reinere Nahrung suchen, auch durch ihr öfteres Fliegen besser verdauen, so ist das Fleisch derselben weit körniger und kräftiger als das der zahmen, aber trockener und magerer. Die wilden Enten, darunter die Pfeif- oder Speckenten, die besten, sind wie die jungen wilden Gänse für die Tafel von Genesenden und Schwächlichen sehr wohl zu gebrauchen.

Ihre Zurichtung, auch die der wilden Gänse, ist folgende: Man rupfe, senge und brühe sie, nehme die Eingeweide heraus, hacke die Flügel und den Kopf ab und drehe die Füße auf den Rücken, damit man sie an den Krallen von den zahmen unterscheide. Hierauf werden sie gespeilert, gespickt und läßt sie am Feuer ein wenig anlaufen, was auch so geschieht: man stecke sie an den Spieß, drehe die Ente über einem Kohlfeuer, bis sie trocken wird; bestreiche sie alsdann wieder mit Butter, drehe solange bis diese eingetrocknet, wische den Vogel nun gehörig ab, bestreiche ihn mit Butter, und wiederhole dieß fünf bis sieben Mal, worauf man ihn abnimmt und erkälten läßt. Endlich bratet man sie mit Uebergießen von flüssiger Butter völlig weich und gar. Wenn man sie nach dem Abbrühen eine halbe Stunde in etwas Wein und Essig legt und damit reibt, so werden sie noch mürber. Die Bruststücke sind am schmackhaftesten.

21) Wasserhuhn. Taucher. Es ist selten, daß ein solcher ohne Thrangeschmack ist, dann kann er aber so gut wie die vorhergehenden zugerichtet werden.

22) Indianische Vogelnester. An und für sich

ein thierischer Leim mit Erde und Federn vermischt, der viel Nahrung gibt und zu Suppen und Pottagen verwendet werden kann. Man muß die Nester zu diesem Zweck über Nacht in warmes Wasser weichen, damit sie quellen und lederweich werden, hierauf reinigt man sie von den Federn und Reisern, schneidet sie in Stücken, legt sie in einen Tiegel oder Caserol, streut geriebenen Semmel darüber, thut ein gutes Stück ungesalzener Butter dazu, nebst starker Fleischbrühe, und läßt sie dämpfen. Unterdessen richte man eine Suppe von guter Bouillon mit Wurzelwerk und vier Eidottern, und bringt die Nester dazu.

Capitel 6.

Von den Eierspeisen.

Es werden hier einige Nahrungsmittel aufgeführt, welche man mit gleichem Recht unter die Getränke setzen könnte, um ihr Auffinden erleichtert zu haben, stehen sie unter den übrigen Eierspeisen.

1) Eierwasser. Menzger gibt folgende Bereitungsart an: Nimm zur Zeit einen etwas hartgekochten Eidotter, reibe ihn in einem Glase mit kaltem Wasser allmälig auseinander, thue dann nach Umständen, worüber du deinen Arzt zu befragen hast, entweder etwas gepülverten Zucker, ein Weinglas voll Franzwein und etwas gestoßenen Zimmt hinzu, oder statt dessen nur etwas Zucker und pulverisirte Muskatenblüte und lasse es so deinen Kranken trinken.

In catarrhalischen Beschwerden und dem Stockschnupfen leistet ein solcher einfacher Trank oft vortreffliche Dienste. Ich würde die Gewürze stets und den Wein in vielen Fällen widerrathen.

Ein vorzügliches Eierwasser ist auch dieses: man nehme drei frische Eidotter, schlage sie mit gepülvertem Zucker solange, bis sie ganz dick werden, und vermenge sie nun mit einem Maaß Wasser und einem Loth Himbeergelée.

In Krankheiten, wo große Schwäche vorhanden ist, und der Patient ungern trinkt, ein herrliches wohlschmeckendes Getränk, was auch sehr eigensinnige Menschen ich immer gern genießen sah.

2) Eiersuppe für Genesende. Nimm ein Ei, siede es ein wenig hart nnd treibe es durch mit Fleischbrühe und setze, wenn es der Arzt erlaubt, etwas Wein zu, schütte diese Suppe auf gelbgeröstete Semmel- oder Weißbrodschnitte, und gib dem Kranken alle Morgen solche Suppe zu essen.

3) Eierbrei für Genesende. Nimm das Gelbe von Eiern, gib aber wohl Acht, daß nichts vom Weißen dabeibleibe, schlage es eine halbe Stunde lang, gieße Mandelmilch und thue hinreichenden Zucker dazu, darauf lasse es zu einem dünnen Brei kochen.

4) Eiermus. Nimm das Weiße von fünf Eiern, quirle es mit Zucker, thue ein halbes Quart Milch hinzu, lasse es miteinander unter beständigem Quirlen warm werden, thue es in eine Schüssel, gieße etwas Orangenblütwasser hinzu, und schütte Zucker darüber.

Oder nimm zwei Eier, koche sie hart, löse die äußere Schaale und Haut davon, wirf sie in einen reinen steinernen Mörser und schütte so viel abgebrühte und abgehülste süße Mandeln dazu, als die Eier wiegen; zermalme dann beides mit dem Zusatz von etwas Zucker und Orangeblüt- oder Rosenwasser, bis es ein feiner Brei wird.

Schwächliche, zarte, hectische Menschen, Wöchnerinnen, und kleine schwache Kinder sollen davon in den Morgenstunden genießen.

5) Gerührte Eier. Menzger verordnet so: Nimm ein oder zwei Eier, zerschlage sie, wirf die Schaalen weg, rühre dann, auf jedes Ei einen Eßlöffel gute Milch gerechnet, damit ab, so daß das Ganze ein gleichförmiges Gemische wird. Hast du diese Arbeit fertig, so schütte eine Prise Salz und etwas pulverisirte Muskatenblüte (diese könnte wegbleiben) hinzu, und laß es unter beständigem Umrühren auf einem gelinden Kohlfeuer zu einem mäßig dicken Brei zusammenlaufen. Erlauben es die Umstände, weßhalb du deinen Arzt zu befragen hast, so ist, während dem Anrichten, der Zusatz von etwas fein geschnittenem Eierkuchenlauch (**Allium Schoenoprasum**) nicht unpassend, indem dieß den feinen Geschmack sehr zu erhöhen hilft.

Doch paßt dann keine Muskatenblüte dazu, wohl aber etwas gestoßener Pfeffer.

Ein solches Rührei paßt sich für Entkräftete und Schwindsüchtige, deren Verdauungskräfte wieder thätig geworden sind, und bei denen keine Fieberexacerbationen mehr stattfinden.

6) Spiegeleier, gebackene Eier, auch Ochsenaugen. (Genesenden.) Menzger führt eine vor der gewöhnlichen Bereitungsart weit vorzüglichere auf. Die tadelnswerthe Gewohnheit so vieler Köche und Köchinnen die Spiegeleier entweder in einer eisernen Pfanne, die schlechteste Manier, auf einem zinnernen Teller oder in einem besonders dazu verfertigten irdenen Tiegel, worin sich für die Eier mehrere separirte Vertiefungen befinden, zu bereiten, kann mit Recht widerrathen werden, indem vorzüglich Eierspeisen ein anlockendes appetitliches Ansehen verlangen, und man auf simplerem Wege zu diesem Zweck gelangen kann.

Man bringe daher in einem kleinen Kohlenbecken ein mäßig starkes Kohlenfeuer in Ordnung, bestreiche dann einen simpeln flachen Teller von Fayence inwendig überall bis an den Rand mit ein wenig Butter, schlage hierauf vorsichtig zwei, drei oder vier Eier hinein, so daß die Dotter ganz bleiben, und sich einander nicht berühren, und setze nächstdem den Teller wagerecht auf dieses Kohlenfeuer, und zwar so, daß nur die Hitze, nicht aber die Kohlen selbst den Teller berühren, so wird der Teller gewiß nicht zerspringen, er wird unterwärts nicht verunreinigt werden und du wirst ein schönes schmackhaftes Spiegelei erhalten, zumal wenn du beim Bereiten auf jedes Ei eine kleine Prise Salz gestreut hast. Wenn das Eiweiß erstarrt ist, so sind die Eier fertig.

Kiebitzeier, auf eben diese Art bereitet, empfehlen sich durch ihren noch bei weitem lieblicheren Geschmack ganz vorzüglich.

7) Weichgesottene Eier. Man setzt Eier mit kaltem Wasser an, und nehme sie heraus, sobald das Wasser zwanzig Pulsschläge gewallt oder gesotten hat. Noch sicherer ist die Vorschrift, die Eier erst dann in das Wasser zu legen, wenn dasselbe vollständig kocht, und sie genau nach der Uhr drei Minuten darin liegen zu lassen, ehe man sie wieder herausnimmt.

8) Rühreier. Man zerlasse Butter über dem Feuer, und schlage unterdessen Eidotter in ein Gefäß, zerrühre sie

recht klar, schütte sie in die Butter und lasse das Ganze backen, bis es dick und bröcklich aussieht. Nach den Umständen kann man etwas fein gewiegte Petersilie und Sardellen zusetzen.

Capitel 7.

Fischspeisen.

Seewasserfische.

1) Cabeljau oder Stockfisch. Wie im ersten Theil erinnert wurde, sollten Genesende in seinem Genuß sehr vorsichtig sein.

Die Zubereitung ist diese: Man wässere täglich zwei Mal mit frischem Wasser den Cabliau mehrere Tage, zuletzt wasche man ihn aus und setze ihn vollkommen von kaltem Wasser bedeckt ans Feuer, ohne daß er schnell ins Kochen komme, denn je länger er beim Feuer steht ohne zu kochen, desto bester ist es, denn durchs Sieden wird er hart. Sobald er daher anfängt zu schäumen, soll er sogleich weiter vom Feuer entfernt und eine Weile stehen gelassen werden. Man gebe ihn mit gekochten grünen Erbsen oder Bohnen.

2) Schellfisch. Ein guter Schellfisch soll weit hervorstehende Augen haben, mit hochrothen, nicht blassen oder grau-röthlichen Kiemen und vollkommen knöchernen Kiemendeckeln, das Gewicht mit der Größe des Fisches im Verhältniß stehen, kein hartes, sondern weiches Fleisch haben, und Bauch und Rücken nicht eingefallen oder die Seiten gefurcht sein.

Der Genuß ist nur unter besonderer Erlaubniß des Arztes gestattet.

Schellfisch auf der Schüssel. Nimm frisch gekochten noch heißen blättrigen Schellfisch, und entferne

Haut und Gräten sorgfältig. Hierauf zerlasse in einer Schüssel ein großes Stück ungesalzener Butter über einem Kohlenfeuer, dann lege den zerstückten Fisch hinein, bestreue ihn mit Salz und gepulvertem Zwieback oder gerösteter Semmel, tröpfle den Saft einer halben Citrone dazu, und lasse das Ganze, dann und wann vorsichtig von einer Seite zur andern gerührt, langsam einbraten und darauf anrichten.

Es soll für gesunde aber entkräftete Personen eine wahre Wiederherstellungsspeise sein, die im Geschmack den gebratenen Austern gleichkommt, und selbst von Schwindsüchtigen, die nicht am Kitzelhusten oder Blutspeien leiden, dreist genossen werden können. Ich getraue mich nicht, über diese Empfehlung ein Urtheil zu fällen, indem ich keine Erfahrung vom Nutzen oder Schaden dieser Speise besitze.

3) Der Dorsch oder Dosch. Ist eben so zuzurichten, wie der Schellfisch.

4) Der Hering. Er kann entweder wie Sardellen (s. unten) oder auch so zugerichtet werden: man ziehe ihn etliche Mal durch frisches Wasser, häute ihn und schneide ihn, nachdem er ausgenommen und Kopf und Schwanz entfernt ist, in Stücke, welche man mit Essig, Oel und Zwiebel zurichtet, und wohl auch noch Schnitze von geschälten süßen Aepfeln, oder selbst Kartoffeln zusetzen kann. Die Milch des Fisches kann man klein wiegen und mit Essig zerquirlt darüber gießen.

1) Gebratener Hering. Man wässere ihn ein bis zwei Tage hindurch mit öfterem frischem Wasser, stecke einen Speil oder spitziges Holz durch die Augen, und hänge ihn auf bis er trocken geworden ist. Hierauf bestreut man ihn mit etwas Mehl oder Gries, vorher bestreicht man ihn aber mit Butter, legt ihn auf den Rost oder wickelt ihn auch zuvor noch in Papier, und läßt ihn, mit zergangener Butter beträufelnd, goldgelb braten. Man muß aber Acht geben, daß er nicht in Stücke zerfällt.

2) Gesottener Hering. Man nehme dazu solche, die, wie oben beschrieben, gewässert und getrocknet sind, schneidet sie in der Mitte durch, und setzt sie mit Wasser zum Feuer, nehme sie aber sogleich davon weg, wenn das

Wasser weißschaumig wird; dazu gebe man eine Sauce von Zwiebeln oder Majoran.

Heringsspeisen sind denjenigen erlaubt, welche sehr schleimiges Blut und Säfte haben, nur thut man gut, darüber noch besonders den Arzt zu befragen, indem es sehr auf die Zeit ankommt, wo sie von Nutzen sein können.

3) Gekochter Gangfisch oder Schrägel. Er wird für unsern Zweck nur frisch angewendet. Man nehme einen lebenden Gangfisch und koche ihn etwa eine halbe Stunde im Salzwasser, hierauf werden Kopf, Schwanz, Haut, Gräten und Flossen weggenommen, das Fleisch in lange Stücke gerissen, und noch heiß mit Teltower, Bairischen oder Steckrüben angerichtet.

5) Die Sardellen. Sie sind sehr gesund als Frühstück auf Semmel geschnitten mit frischer Butter oder gutem Olivenöl.

Sardellensauce. Man zerhacke einen mäßig großen Schalottenzwiebel und zwei gewässerte von Haut und Gräte befreite Sardellen ganz fein, streue etwas gestoßene Röstsemmel, ein Quintchen gepulverten Zucker, und drücke zwei harte Eidotter dazu, mische dieses alles zu einem gehörigen Brei. Diesen zerrührt man mit zwei Loth ungesalzener, zerlassener Butter, gieße dazu einen Eßlöffel Dragonessig oder Sago (bei letzterem auch einen Eßlöffel Citronensaft), einen Eßlöffel Capern dazu geschüttet, und so viel klare starke Rindfleisch- oder Kraftbrühe, bis es eine ziemlich mittelmäßig dicke Brühe bildet, und lasse es bei gelindem Feuer, immer gerührt, noch mehr dick werden (zur Saucendicke).

Diese Speise allein oder mit Fleisch ist sehr gesund und nahrhaft.

6) Der Roche; 7) die Scholle; 8) der Stör; 9) die Makrele. Seewasserfische, welche man füglich keinen Kranken vorsetzen soll.

10) Der See- oder Sandbarsch. Sander. Nimm einen Sander von mittelmäßiger Größe, schuppe ihn, nimm die Eingeweide und Kiemen weg, trenne sorgfältig die Leber von der Gallenblase, wasche jene nebst dem Fisch rein und lasse ihn nun mit der Leber, nach Umständen in mäßig

große Stücke zerschnitten, oder wie eine Wurst gebunden, in gehörig gesalzenem und bereits kochendem Wasser für etwa eine halbe Stunde rasch gahr kochen. Während dieser Zeit bereite eine Senfsauce (siehe bei den Gewürzen) und richte ihn dazu an.

Süßwasserfische.

Ich gebe hier nur die abweichenden Zubereitungsarten von einzelnen an, und bringe diese allgemeine Regel in Erinnerung, daß man Fischen stets das gehörige Salz gebe, wenn sie nicht schnell in Fäulniß übergehen sollen.

1) Die Schmerle oder der Bartgründling. Vom November bis in Mai am vorzüglichsten, indem sie von Ostern an zu laichen beginnen. Wenn man sie in fetter Milch sich recht voll saufen läßt, so werden sie ungemein schmackhaft davon.

Schmerlen blau gesotten. Setze Wasser in einer Fischsiede über Feuer, und werfe auf ein Maaß Schmerlen eine gute Hand voll Salz hinein. Unterdessen begießt man die Schmerlen mit Essig. Sobald das Wasser sieden will, es darf aber noch nicht sieden, denn sonst geht ihnen die Haut ab, so daß sie wie geschunden aussehen, dann legt man die Fische sorgfältig, so daß kein Essig mitkommt, hinein, und sie werden schön blau und krumm werden. Wenn sie hinreichend gesotten haben, nimmt man sie heraus, sprengt einige Tropfen kaltes Wasser darauf, deckt sie einige Zeit oben mit Papier zu, richtet sie in eine Serviette an und garnirt sie mit grüner Petersilie.

2) Gründling, Bachkresse. Sie laichen im März und sind außerdem das ganze Jahr hindurch gut. Blau siedet man sie wie Schmerlen.

Gebackene Gründlinge. Man lege die Fische in eine Schüssel, salze sie gehörig und trocke dieselben nach einer Weile mit einem Tuch ab, hierauf zieht man sie durch die Hand, damit der Schleim abgehe, bestreut sie dick mit Waizenmehl, schüttelt sie durcheinander und bäckt sie in Schmalzbutter goldgelb, jedoch so, daß sie hart und rösch werden, deckt sie zu, damit sie warm auf den Tisch kommen.

3) Forelle. Die Teichforelle und Seeforelle laicht im November, die Fluß- und Bachfohre im September. Von diesem köstlichen Fisch sind die mit schwärzlicher Haut und die Lachsforelle von dem festesten und körnigsten Fleisch.

Dieser Fisch will mit großer Sorgfalt zugerichtet sein, wenn er nicht viel von seiner Güte verlieren soll. Bei der Zubereitung wird er zerrissen und die Eingeweide herausgenommen.

1) Blaugesottene Forellen. Man reiße den Fisch, wäscht ihn rein und gießt etwas Essig darüber, setzt eine Fischsiede mit kaltem Wasser, was gut gesalzen, über das Feuer, und läßt es ins Sieden kommen, wirft die Forellen hinein und läßt sie eine gute Weile darin kochen. Nimmt man sie heraus, so werden sie mit kaltem Wasser gesprengt und ein Bogen Papier darüber gedeckt, daß der Dampf nicht davon gehen kann. Dann gibt man sie mit Essig und Oel oder frischer Butter.

2) Forellen in Gallerte. Man siede die Fische blau und koche ein Paar Kälberfüße mit Hausenblättern so lange, bis eine Gallerte ausgeht, die gesteht. Diese seihe man durch, nehme das Fett mit Löschpapier ab, und koche sie mit Zucker, etwas Wein und Citronensaft auf. Wenn es im Sieden ist, so schütte man drei zu Schnee geschlagene Eiweiß hinzu und rühre es so lange um, bis sich aller Schaum hineingezogen hat. Hierauf gießt man es durch ein Paar Servietten auf die Forellen und läßt es an einem kühlen Ort stehen.

3) Forellen in Butterbrühe. Man lege die Forellen in ein Caserol mit einem guten Stück Butter, lege fein geriebene Semmel darüber, und gieße hinreichende Fleischbrühe oder Petersilienwasser darüber, hierauf lasse man es über einem Kohlfeuer so lange kochen, bis es ziemlich dick wird.

4) Forellen mit Sardellensauce. Man siede sie blau und schütte die oben beschriebene Sardellensauce darüber.

5) Forellen gebraten. Man reiße sie, spicke sie und reibe etwas Knoblauch darüber, salze dann ein Wenig, stecke sie an hölzerne Spießchen, binde diese an einen eisernen Spieß fest, und lasse sie braten, wobei man fleißig

braune Butter darüber gießt. Sie werden dann mit Sardellen- oder Capernsauce gegeben.

4) Die Weißfische; 5) der Aal; 6) der Wels; 7) der Lachs. Diese vier Fischgattungen taugen nicht für die Krankenküche.

8) Der Hecht. Er laicht im März, manchmal bis in den April. Die Flußhechte sind bei weitem die besten. Sie werden gerissen nnd die größern in Stücke geschnitten. Bei den kleinern läßt man die Köpfe ganz.

1) Blaugesottener Hecht. Der Gerissene wird gewaschen und mit Essig besprengt, hierauf in gering gesalzenes siedendes Wasser gethan und gehörig gesotten. Man hebt ihn heraus und besprengt ihn mit kaltem Wasser und deckt ihn mit Papier zu. Hiezu kann man eine Sauce von Rahm mit vier oder fünf Eidottern und einer Messerspitze Mehl abgequirlt, wenn der Rahm im Kochen ist, geben. Man setzt etwas Butter dazu, gießt es über den Hecht und erwärmt Beides über einem Kohlfeuer gelind.

2) Hecht mit polnischer Brühe. Man siede ihn blau und mache folgende Brühe dazu. Koche in Petersilienwasser oder Fleischbrühe ganz klein geschnittene Zwiebeln und Borsdorfer Aepfel nebst geriebener Semmel, seihe es dann durch ein Haarsieb, gieße Wein, Essig und werfe Zucker, große und kleine Rosinen, klein geschnittene Mandeln und Citronenscheiben eine gehörige Menge hinein, dazu ein Stück Butter, setzt es über ein Kohlfeuer, und läßt es durcheinander kochen, worauf der gesottene Hecht hinzukommt.

3) Hecht mit Steckrüben. Man schuppe den Fisch und siede ihn dann erst. Inzwischen werden die Rüben geschabt und geschnitten, hierauf mit Butter und Zucker braun gedämpft, mit Salz gewürzt, der Hecht hineingethan und ganz allmählig gekocht.

4) Hecht mit süßen Pomeranzen. Wenn der Fisch geschuppt und in Salzwasser gesotten ist, beschmiert man eine Schüssel mit Butter, streut geriebene Semmel und wenig Pomeranzenschaalen darauf, legt den Hecht mit einer Zwiebel hinein. Jetzt schneidet man eine süße Pomeranze oder Apfelsine in Scheiben und legt sie an den Hecht, gießt Wein und Brühe darauf und läßt es auf

einem Kohlenfeuer einkochen. Sollte wider Vermuthen dieses nicht dick genug werden, so rühre man ein Paar Eidotter mit einem Löffel voll Wein und etwas Zucker ab, gieße von der Hechtbrühe, bei immerwährendem Umrühren, damit sie nicht zusammenlaufe, hinzu, und gieße es nun über den. Hecht.

9) Der Barsch. Pärsch. Er laicht im März und April.

Man schuppe ihn mit einem Reibeisen und reiße ihn dann, Milch und Rochen werden zurückgelassen, wenn man die Eingeweide ausnimmt. Hierauf läßt man ihn wohlgesalzen eine Viertelstunde lang kochen, und gibt ihn mit folgender Sauce: Man rühre drei Loth frische ungesalzene Butter zu Schaum, thue ein Paar Eidotter hinzu, rühre sie damit durch und schütte dann einige Löffel von dem kochenden Fischwasser daran, dann lasse man diese Sauce über dem Feuer dicklich oder sämig werden und schütte etwas feingeschnittene Petersilie hinzu und bringe sie dann nebst geschälten und gekochten Kartoffeln als Beispeise zum Fisch.

10) Die Barbe. Ihre Zubereitung ist ebenso wie beim Barsch.

11) Der Karpfen. Der Flußkarpfen paßt für unsern Zweck am besten. Man bereitet ihn blaugesotten, wobei er nicht geschuppt wird, und mit polnischer Brühe, wie den Hecht. (S. oben Hecht.)

12) Schleihen. Sie laichen zwei Mal, im März und im Juni.

1) Gebratene Schleihen. Man brühe sie mit heißem Wasser und reibe dabei mit Salz und Asche, damit sie den Sumpfgeschmack verlieren, reißt sie auf dem Rücken, nimmt die Eingeweide heraus und brät sie auf dem Rost oder in der Pfanne.

2) Gekochte Schleihen. Man nehme die Fische, brühe sie mit heißem Wasser und reibe dieselben mit Salz und Asche, trocknet sie ab und bestreut sie mit Salz, mache Wasser kochend und salze es gehörig, und lasse sie darin gar kochen, gieb sie dann mit Meerrettig, Butter und Fleischbrühe, oder mit folgender Sauce: Reibe etwas Pomeranzen-

schaale wenig mit Zucker, löse diesen in einem Achtel Maaß Kochwein auf und schütte ebensoviel Wasser nebst drei Eidotter hinzu, quirle dann das Ganze kalt tüchtig zusammen, lasse es mit Umrühren bei gelindem Kohlenfeuer sämig werden und koste dann, ob die Sauce süß genug ist, wo nicht, setze noch etwas klaren Zucker hinzu.

13) Die Karausche. Laicht im Mai und Juni, und wird wie der Hecht zubereitet.

14) Die Renke. Sie wird nach Forellen- oder Hechtart zugerichtet.

15) Die Elritze. Im April und Mai am schmackhaftesten. Man soll ihn, wie alle kleine Fische, nicht lange sieden lassen. Setze eine Fischsiede auf mit Wasser, salze dieses, unterdessen säubere und besprenge man die Elritzen mit Essig; wenn das Wasser siedet, gießt man den Essig von den Fischen, und wirft sie hinein, läßt sie einige Zeit darin, hebt sie heraus und deckt sie mit einem Bogen Papier zu. Sie werden mit Essig und gutem Oel oder frischer Butter gegessen.

16) Der Orf. Er ist gebacken oder gebraten weit gesünder, als wie gesotten. (S. Bratfisch.)

17) Der Bratfisch. Eine große Art Weißfisch (in der Schweiz Blaulinge genannt), der auf dem Rost gebraten wird. Alle Fische, welche gebraten werden sollen, müssen ausgeweidet, geschuppt, und während des Bratens fleißig mit Butter oder Oel begossen werden.

18) Der Koppe, Kaulkopf. Klein und zum Kochen nicht, wohl aber zum Braten tauglich. (S. Bratfisch.)

19) Der Rape oder Ruppe. Ist ebenfalls gebraten am besten. (S. Bratfisch.)

Capitel 8.

Austernspeisen.

Ueber den Werth und die Beschaffenheit dieser Speise wurde bereits im ersten Theil ausführlich gehandelt; demnach brauchen wir uns hier nur bei der Zubereitung aufzuhalten.

Ich würde die Austern am liebsten so für Diejenigen, welchen der Arzt sie erlaubt, zubereiten lassen. Man klopfe zuerst den Schmutz der Schaalen von Außen mit einem Messer ab, lege sie aber nicht zur Reinigung in Wasser, wie einige thun, denn dadurch geht das für den Magen zur Verdauung der Auster wirksame Salzwasser verloren. Durch dieses Klopfen öffnet sich die Schaale etwas, und man fährt nun in dieselbe mit einem starkklingigen Messer bis an das Schloß hinein, faßt an der entgegengesetzten Seite die Auster mit einem Tuch, und drückt das Messer nach der Seite, so springt das Schloß auf. Man trennt hierauf das Thier von der flachen Schaale mit dem Messer und legt es in die tiefere. Der Genießende schüttet nun etwas Citronensaft und Oel darauf und ißt sie dann sogleich. Einige Aerzte empfehlen etwas starken Wein dazu zu trinken; dieser kann aber auch wegbleiben, und man esse nur etwas trockenes Weißbrod nach. Die gebackenen oder auf anderweite Weise zugerichteten Austern sind für schwache Personen schädlich. Menzzer gibt eine Fischsauce mit Austern an, die ich nur darum in einer Anmerkung *

* Nimm eine mäßig große Schalotte, zerhacke sie, schütte einen fein zerstoßenen Zwieback, ein Loth Butter, eine gute Prise zerstoßene Muskatenblüte, und eine kleine Prise Cageronpfeffer hinzu, formire diese Masse hierauf zu einem mäßig dicken Brei, und setze ihn einstweilen bei Seite. Alsdann nimm einen proportionirten etwas tiefen irdenen Topf, thue den gedachten Brei

hersetze, um zu zeigen, wie sehr Aerzte durch Anempfehlung von derartigen Krankenessen großen Schaden stiften. Wie kann in einem nur erst von der Krankheit sich erholt habenden Magen ein solches Gericht heilsam sein? Es muß den Stoff zu neuen Uebeln abgeben.

Die Muscheln sind schon im ersten Theil, als aus der Krankenküche verbannt, angegeben worden.

Capitel 9.

Abgekochtes Schneckenwasser. Nimm dreißig Waldschnecken, zerstoße sie in einem Mörser, thue fünf süßsäuerliche Aepfel, die mit der Haut in Scheiben geschnitten werden und neue Katharinenpflaumen hinzu. Koche dieses alles eine Stunde lang in einem Maaß Wasser, seihe es durch, klarificire es mit Eiweiß, und trinke es verdünnt mit warmem Wasser tassenweise.

Capitel 10.

Vipernbrühe. Nimm ein junges Huhn, das nicht fett ist, Pimpinelle, Cichorien, Körbel und Lattich, von

hinein, und zerrühre ihn über gelindem Kohlenfeuer mit dem Zusatz von etwa zwei Eßlöffel voll von dem noch heißen Fischwasser, den Saft von einer halben Citrone und ungefähr ⅛ Quart starke klare Bouillon wohl auseinander, so daß das Gemische eine feine sämige Brühe wird. Ist die Arbeit so weit fertig, so werfe man etwa 10 bis 20 Stück wohl gereinigte frische Austern hinzu, lasse unter Umrühren sie damit für etwa 5 bis 10 Minuten durchhitzen, nimm den Topf darauf vom Feuer und quirle die Sauce, so wie sie ist, in einer Sauciere mit ein Paar Eidotter ab. Sollte die Sauce beim Anrichten etwa ein wenig zu sauer oder zu salzig schmecken, so wird gewiß der Zusatz von einem Stückchen Zucker dieselbe eher verbessern, als verderben.

jedem eine Hand voll; eine Viper, der man die Haut lebendig abgezogen hat. Schneide dieselbe in Stücke, wirf den Kopf, den Schwanz und die Gedärme weg, und behalte das Herz, die Leber und den Körper. Koche alles zusammen in einer hinlänglichen Masse Wasser, drücke die Bouillon stark aus, damit aller Vipernsaft herauskommt. Trinke davon vierzehn Tage lang des Morgens nüchtern.

Wenn man keine frischen Vipern haben kann, nimmt man zwei bis drei Loth trockene, zu Pulver gestoßene Vipern; aber in diesem Fall ist denn wohl die reinigende Kraft dieser Brühe den darin befindlichen Kräutern zuzuschreiben. Die frische Vipernbrühe mag vielleicht wirksamer sein. Doch dünkt mich, daß man ihrer ganz entbehren kann, weil wir gegen die Krätze, Geschwüre, Schwindsucht und Auszehrungen viel andere gute Mittel haben. (Zückert.)

Capitel 11.

1) Schildkrötensuppe. Man lege die Schildkröten auf glühende Kohlen und haue ihnen, wenn sie den Kopf, Schwanz und Füße hervorstrecken, diese mit einem Messer ab; wäscht sie gehörig aus, setzt sie mit Wasser zum Feuer und läßt sie weich kochen, thut sie sodann in kalt Wasser, erledigt sie von der Schaale und kühlt das Fleisch wie junge Hühner. Nun nehme man ein Pfund mageres Kalbfleisch und die Leber, das Herz und das Fleisch von einer Land- oder Wasserschildkröte, koche dieses nach dem Abschäumen mit einem und einem halben Quart kaltem Wasser bis zur Hälfte, oder noch lieber bis alles Fleisch breiig weich ist, drücke es durch ein Haarsieb, und lasse es zur Gallerte gestehen.

Entkräftete, aber vom Fieber befreite Kranke oder so

eben Genesene, bekommen davon früh zwei bis drei Loth in guter heißer Fleischbrühe aufgelöst mit gerösteten Semmelschnitten als Suppe.

2) Schildkrötenfricassée. Die, wie vorher beschrieben, gesottene Schildkröte wird mit ungesalzener Butter in einen Tiegel gelegt und ein Stück Zwiebel nebst einigen Citronenscheiben dazu. Man läßt sie auf einem Kohlenfeuer heiß werden, schüttet ein halbes Glas guten Wein und in gehöriger Menge starke Bouillon dazu, und läßt es eine gute Weile kochen. Unterdessen schlage man vier Eidotter mit etwas Essig und gewiegter Petersilie, schütte langsam und unter beständigem Rühren die Brühe von der Schildkröte dazu; während dem diese mit frischer Butter belegt, noch etwas gedämpft wird, und zuletzt schüttet man die noch warme Brühe über die Schildkröte, und richtet sie mit grüner Petersilie an.

Capitel 12.

Anhang von Krebs- und andern Suppen und Gallerten aus dem Thierreich für Kranke.

1) Gallerte von Krebsen und Schnecken. Nimm dreißig Krebse und ebensoviel Schnecken, säubere sie, als ob sie gespeist werden sollten, zerstoße sie klein und setze sie mit einem Loth frischer Butter auf ein gelindes Feuer. Thue zwei gesäuberte und klein gehackte Kälberfüße und acht Pfund (2½ Maaß) Quellwasser hinzu. Lasse alles solange zusammenkochen, bis nur noch drei Schoppen Brühe übrig bleiben; alsdann wirf eine Hand voll Körbel und andere Gewürzkräuter, klein geschnitten, hinein. Lasse es noch ein Mal aufsieden und presse es durch eine starke Leinwand. So wird es in den Keller gesetzt, damit es wie eine Gallerte

gerinne. Mit diesem Vorrath kann man vier bis fünf Tage auskommen.

Von dieser Gallerte nimmt ein abgezehrter Kranker, welcher nicht schlecht verdaut, Morgens, Mittags und Abends jedesmal zwei Eßlöffel voll in etwa sechs Löffeln voll ungesalzener Hühnerbrühe.

2) Erweichende Krebsbrühe mit Wurzeln und Kräutern. Nimm drei Pfund lebendige Krebse, koche sie eine Stunde lang in vier Quart Wasser; dann nimm die Krebse heraus, zerstoße sie mit den Schaalen und koche sie von neuem in dem vorigen Wasser vier Stunden lang, jedoch so, daß man von Zeit zu Zeit etwas Wasser zugießt. Hernach seihe es durch, thue acht Loth Haberwurzel, vier Loth Zuckerwurzel, zwei Loth Ochsenzungenblätter und drei Loth Boretsch hinzu. Lasse es alles noch einige Mal aufsieden und seihe es sodann durch.

Man nimmt alle zwei Stunden eine Theetasse voll mit oder ohne Fleischbrühe. (Boerhaave.)

3) Scorbutbrühe. Nimm zwei zerschnittene Kälberherzen, Schwänze und Scheeren von einem Dutzend Krebse, koche alles zusammen in einer hinlänglichen Menge Wasser mit Löffelkraut, Bachbungen, Kresse, Erdraute und Sellerie, von jedem zwei Hände voll, ein Quentchen bittere Pomeranzenschaalen, ein Loth wilden Rübsamen, und theile es in zwei Portionen.

Diese Brühe zertheilt den Schleim, treibt den Urin, reinigt das Blut. Man kann sie daher auch in der Verschleimung der Säfte, in der Bleichsucht, Melancholie und angehenden Wassersucht geben. (Helvetius.)

4) Hirschhorngallerte mit Wein. Nimm ein halbes Pfund geraspeltes Hirschhorn, koche es bei gelindem Feuer in einem wohlverwahrten Topf mit zwei Quart Wasser, bis es dicklich wird. Seihe es durch und kläre es mit

einem Weißen vom Ei. Thue ein halbes Pfund Kanarienzucker, acht Loth Rheinwein und zwei Loth Citronensaft hinzu und lasse es erkalten.

5) Hirschhorngallerte ohne Wein. Nimm sechzehn Loth geraspaltes Hirschhorn, koche es mit einem Maaß Wasser in einem wohlverwahrten Topf bei gelindem Feuer vier Stunden lang, seihe es rein durch, und lasse es an einem kühlen Ort gerinnen. (Zückert.)

6) Kälberlungen-Hachée für Schwindsüchtige. Nimm eine Kälberlunge sammt dem Herzen, wasche sie fleißig, thue sie dann in einen tiefen Topf, bedecke sie hinlänglich mit kaltem Wasser und bringe sie ins Kochen. Wenn sie anfängt zu schäumen, so schäume sie wohl ab, und lasse sie dann gar kochen. Alsdann nimm sie heraus, lege sie auf ein Hackbrett und gieße die zurückbleibende Brühe nicht weg. Nun hacke das Herz und die Lunge entzwei, so, daß das Ganze mittelmäßig fein wird. Demnächst setze einen etwas flachen irdenen Topf aufs Feuer, thue etwa vier Loth Butter hinein, und wenn selbige zerschmolzen ist, so schütte zu der zerhackten Lunge eine oder zwei Tassen der übrig gebliebenen Brühe — noch besser rückständig gebliebene klare Rindfleischbrühe — ferner eine kleine fein gehackte Zwiebel, eine Hand voll in warmem Wasser wohlgewaschene Corinthen, etwas Salz, etwas Zucker, etwas feingestoßene geröstete Semmel und so viel Citronensaft, daß das Gemische süß-säuerlich schmeckt. Laß dieses dann noch einmal durchkochen und richte es an.

Ein solches Gericht ist besonders Schwindsüchtigen und Kindern zu empfehlen, welche an Dörrsucht leiden, angenehm in Geschmack, leicht verdaulich und nährend, gleichsam specifisch heilsam gegen Lungenaffektionen. (Menzzer.)

7) Kalbfleischsuppe mit Reis, Perlgraupen rc. Man nehme aus der Keule, aus der Schulter oder von dem

vordersten Theile der Brust etwa zwei Pfund gutes Kalbfleisch, wasche es mit kaltem Wasser rein, erschüttere es darauf für einige Minuten bedeckt mit kochendem Wasser, thue es dann in einen tiefen irdenen Topf, gieße zwei Quart kaltes Wasser darüber und bringe es ins Kochen. Hast du es nunmehr wohl abgeschäumt, so werfe etwa vier Loth wohl abgebrannten Reis oder gewaschene feine Perlgraupen und etwas Salz dazu, und lasse damit die Suppe langsam bis zur Hälfte einkochen, aber hüte dich, kein kochendes Wasser nachzugeben, wodurch du zwar die Menge deiner Suppe vermehren, sie gewiß aber nicht verbessern wirst. Etwa eine halbe Stunde vor dem Anrichten schütte entweder wohl gereinigtes Suppenkraut, als Petersilie, Petersilienwurzel und in Scheiben geschnittenen, feinen Sellerie einzeln daran, oder binde diese Kräuter zuvor in einem Bund mit Zwirnfaden zusammen, lasse die Suppe damit noch ein Mal stark durchkochen, siebe sie demnächst entweder durch, oder richte alles zusammen in eine Terrine an. Auch kann man sie mit Eidotter abquirlen.

Sie ist milde im Geschmack, gut nährend, leicht verdaulich, und wird schwachen entkräfteten Personen, zärtlichen Wöchnerinnen und zarten Kindern, welche kein Fieber haben und deren Verdauungskräfte wieder thätig geworden sind, gewiß sehr dienlich und heilsam sein, vorzüglich in den späten Morgenstunden. (Nach Menzzer.)

8) Kälberlungensuppe. (Nach Menzzer.) Dieselbe scheint wirklich spezifisch gegen die Auszehrung und vorzüglich die eiternde Lungensucht zu wirken, aus welchem Grund sie in der Krankenküche mit Recht einen hohen Rang behauptet.

Man nehme eine nicht aufgeblasene, gute, frische Kälberlunge sammt dem Herzen, schneide die Luftröhre nebst den Hauptgefässen davon, reinige sie gehörig, zerschneide dann

beides in wohlgefällige mäßig große Stücke, und setze sie hinlänglich mit kaltem Wasser bedeckt, in einem irdenen Topf aufs Feuer. Nach dem Schäumen thue einige Petersilienwurzeln, Sellerieſcheiben und gelbe Wurzeln hinzu, lasse sie damit bis auf ein Quart Flüssigkeit für etwa zwei Stunden lang einkochen und richte sie dann an. Wenn der Kranke das Fleisch des Herzens auch nicht essen darf, so lasse ihn, wenn die Umstände es nicht durchaus verbieten, doch wenigstens die in kleine Stücken geschnittene Lunge mit verzehren.

9) Rindfleischsuppe mit Kalbfleisch. Lasse ein Pfund Rindfleisch und anderthalb Pfund Kalbfleisch mit dritthalb Quart Wasser bis auf ein Quart einkochen, und verfahre im Uebrigen dann ebenso, wie es bei der früher beschriebenen Kalbfleischsuppe angegeben worden ist. Einige Lorbeerblätter und Suppenkräuter können auch zugesetzt werden. Sie ist noch kräftiger als die vorbeschriebene. (Nach Menzzer.)

10) Rindfleischsuppe mit trockenen Erbsen. Man setze zwei Pfund gutes Rindfleisch mit zwei Quart kaltem Wasser zu in einem tiefen irdenen Topf (Hafen), und schäume, wenn es kocht, werfe auch zwei Löffel voll Salz darein. Hierauf schütte man ein halbes Pfund die Nacht vorher in kaltem Wasser gequollene Erbsen und einige in Scheiben geschnittene Selleriewurzeln hinzu, und lasse es bis auf ein Quart einkochen. Demnächst nimm das Fleisch heraus, treibe die Suppe durch einen Durchschlag, und gieb sie deinen Kranken. Nach Umständen kann sie mit heißem Wasser oder dünner Fleischbrühe verdünnt werden.

Sie ist sehr schmackhaft, wenig blähend, leicht verdaulich und stark nährend, indem, die Hülsen abgerechnet, die Erbsen viel vegetabilische Gallerte enthalten.

11) Hühnersuppe. Nimm ein altes Huhn, und wenn du es geschlachtet und mit kochendem Wasser gebrüht, gereinigt, ausgenommen, gewaschen und abgespült hast, so wird es mit wenig Butter halbfertig gebraten. Thue es klein zerschnitten in einen Topf, gieße zwei Quart Kalb- oder Rindfleischbrühe hinzu, und lasse es eine gute Stunde stark kochen. Hierauf filtrire es durch eine Serviette, nachdem vorher das Ganze noch gelinde gesalzen worden ist.

Sie ist sanft und milde im Geschmack, aber kräftig, und wird daher entkräfteten Wöchnerinnen, welche bereits das Milchfieber überstanden haben, so wie auch geschwächten Männern mit Urin- und Harnblasenleiden sehr gut thun.

12) Dieselbe mit Rindfleisch. Nimm zwei Pfund gutes Rindfleisch und ein wohlgereinigtes altes Huhn, thue beides in einen irdenen Suppentopf und bringe es mit drei Quart kaltem Wasser ins Kochen. Wenn es geschäumt ist, so füge man einige Lorbeerblätter und eine in Mousselin gebundene Zwiebel, etwas Salz und ein halbes Viertelpfund gerösteten Reis oder Gerstengraupen hinzu. Eine Stunde bevor man es vom Feuer nimmt, werfe man einige Sellerieſcheiben und Selleriekraut, Petersilienwurzel, gelbe Wurzeln, Liebesapfel und Blumenkohl hinzu, lasse die Suppe ferner damit kochen und treibe sie dann — ohne das Fleisch — entweder durch einen Durchschlag über geröstete Semmelscheiben in eine Schüssel, oder bringe sie so, wie sie ist, auf den Tisch.

Drei Stunden muß diese Suppe kochen, und hat das Huhn Eier bei sich, so müssen sie, so wie auch die Leber, nur erst eine Viertelstunde vor dem Anrichten mit in den Topf kommen, weil sie sonst zu hart und unverdaulich werden. Die Zwiebel nimm zuletzt heraus.

Gichtische Personen sollen nicht zu häufig dieses Gericht genießen.

13) Quappen- oder Aalraupensuppe. Das Fleisch der Quappe oder Aalraupe vertheidigt Menzzer, und auch ich habe nach dem Genuß dieses Fisches nie Verdauungsbeschwerden gefühlt, wie beim Aal z. B., und kann daher auch die von Menzzer beschriebene Suppe nicht verwerfen, nur muß sie mit besonderer Erlaubniß des Arztes gegeben werden, wornach sich meine freundlichen Leserinnen zu richten haben.

Nimm ein Paar Pfund mäßig große Quappen, mache am Kopf einen Zirkelschnitt durch die Haut, und ziehe sie wie Aale ab. Alsdann öffne den Leib, reinige sie und lege die Milch und Leber bei Seite. Hierauf bringe etwa ein halbes Pfund Habergrütze mit hinlänglichem kochendem Wasser, etwas Salz, fünf bis sechs Stück schwarzen Pfefferkörnern, einige in Strieben geschnittene gelbe Wurzeln, Steckrüben, Petersilienwurzel und Sellerieschеiben in einem irdenen Topf zum Feuer, und lasse dieß fürs erste so lange kochen, bis die Rüben gahr sind und die Hafergrütze sämig geworden ist. Alsdann schlage man alles durch einen Durchschlag in einen andern Hafen, werfe die zerschnittene Milch und Leber dazu nebst vier Loth ungesalzener Butter, und lasse es noch eine halbe Stunde kochen, dann ist die Suppe fertig.

14) Suppe von Flußbarschen. Man nehme zwei Pfund Barsche, löse die Kiemen und nehme die Eingeweide heraus, und wenn sie Milch oder Leber bei sich führen, so scheide diese sorgfältig von der Gallenblase. Hierauf werden sie geschuppt, die Stachelflossen abgeschnitten und mit Salz in anderthalb Quart kochendem Wasser eine Viertelstunde in einem tiefern Gefäß rasch gekocht. Ist dieses geschehen, so nimm deine Fische heraus, theile von der Hälfte derselben mit der größten Achtsamkeit das Fleisch von den Gräten und zerstoße die andere Hälfte nebst dem Abfall von

der ersten zu einem Brei. Diesen Brei thue dann wieder in das Fischwasser und lasse es mit dem Zusatz von ein wenig guter Butter, wenig Zucker und eine Prise feingestoßenen Cardamomsamen einstweilen ferner kochen. Während dieser Zeit zerhacke die vorhin bedachte, von ihren Gräten abgesonderte erste Hälfte der Barsche nebst den Milchen und Lebern recht fein, und formire mit Hülfe von gestoßenem Zwieback, einigen Eidottern, etwas zerlassener Butter und ein wenig Zucker kleine Klöse (Knödel) davon, treibe demnächst deine Suppe durch ein Sieb in einen andern irdenen Topf, thue die Knödel daran, lasse sie weich kochen und quirle sie zuletzt mit einigen Eidottern ab.

Die vorgehenden Nummern sind ebenfalls mit den nöthigen Abänderungen aus Menzzers Kochbuch. Namentlich schien mir die von diesem Schriftsteller empfohlene Muskatnuß nichts weniger als ein Gewürz für Kranke. Ich esse als Gesunder fast nie gewürzte Speisen, und sie werden mir dennoch so schmackhaft gekocht, daß ich nie eine Sehnsucht nach ausländischen Gewürzen bekomme. Im Ganzen sind dieselben auch mehr eine Aushülfe für Köche, um diesen oder jenen unangenehmen Geruch oder Geschmack zu vertreiben, denn diese Herren sind in der Benutzung von gutem oder schlechtem Fleisch nicht sehr scrupulös.

Capitel 13.

Ueber die Nahrungsmittel aus dem Waizen und ihre Bereitung.

1) Das Waizenbrod. Ist für die meisten Kranken das vortheilhafteste, indem es leicht verdaulich und doch sättigend und nährend ist. Man rechnet zum Einteigen auf einen Viertelscheffel sächsisch (oder ein und 1/8 Viertel bairisch)

Mehl gewöhnlich 12 Maas Wasser mittlerer Temperatur. In diesen dünnen Teig kommt eine welsche Nuß groß Sauerteig, dann rührt man es tüchtig um, streut Mehl darüber, deckt es zu und läßt es über Nacht stehen. Den andern Morgen nimmt man wiederum so viel Mehl als zuvor, und mengt es mit dem Teig, läßt es wohl durcharbeiten und dann aufgehen. Hierauf kommt der Teig auf einen Tisch und wird von Neuem durchgearbeitet, gewirkt. Hier ist darauf zu sehen, daß er seine gehörige Festigkeit erlange; je weicher er ist, desto leichter, je fester er ist, desto schwerer wird das Brod. Ein gutes Brod aber soll hierin gerade die Mitte halten. Hierauf wird es in einen nicht zu heißen Backofen geschoben und dann läßt man es zwei Stunden lang backen. Nach dem Backen wird es mit Wasser bestrichen.

Es kann hier nicht eine ausführlichere Anweisung gegeben werden, wie und auf welche Weise das Brod gebacken wird; jede Hausmutter, welche es bäckt, weiß dieses schon selbst. Die Kennzeichen eines guten Brodes sind: daß es eine harte aber nicht verbrannte Rinde, eine weiche, wollige, nicht mit Mehlklümpchen vermischte Krume und keinen üblen, dumpfigen Geruch oder Geschmack habe.

Kranke sollen nie ganz frisches, sondern Brod vom andern Tage genießen. Die Bereitungsart von Brod aus andern Getreidesorten ist die nämliche.

2) Waizengraupen, welche ganz rund Perlgrauben genannt werden, und wovon die Nürnberger vorzüglich berühmt sind, geben eine gute wohlschmeckende Nahrung, die aber wegen des noch beigemischten Klebestoffes (s. erster Theil, Waizen) in einen Magen gehören, der gute Bewegung hat. Wenn man sie aber durchschlägt, nachdem sie gekocht sind, und nur den dünnen Schleim, das aufgelöste Stärkemehl, nimmt, so ist dieser für Kranke ein

sehr brauchbares Nahrungsmittel. — Bevor man sie kocht, müssen sie rein gelesen werden.

3) Das Stärkemehl. (S. den ersten Theil, Waizen.) Es dient zu mancherlei Backwerk, und soll in großen aber leichten, zarten, brüchigen, weißen Klumpen bestehen. Man soll in der Krankenküche nur frisches verbrauchen. Es werden davon Breie gekocht, welche aber sehr stopfen und daher nicht für Kranke taugen. Eine Messerspitze voll genommen und damit Suppen u. s. w. abgequirlt, machen dieselben wohlschmeckender und sämiger.

4) Die Waizennudeln sind keine Krankenspeise.

5) Die Waizenkleie. Sie ist gut beim Rothlauf zu trockenen Umschlägen, und als Hauptreinigungsmittel unter Waschwasser und Bäder.

Capitel 14.

Nahrungsmittel aus dem Roggen.

1) Roggenmehlbrei. Er stopft und nährt, ist aber eben deßhalb mit Vorsicht zu gebrauchen; man empfiehlt ihn den noch nicht sehr entkräfteten Lungensüchtigen.

2) Das Roggenbrod. (S. den ersten Theil, Roggen.) Es wird so gebacken wie das Waizenbrod (s. oben), und nur Pumpernickel aus Mehl, worin die Kleie geblieben. Für gute Mägen, und wer sich etwas Bewegung machen kann, ist das Roggenbrod vortrefflich, und diejenigen Bresthaften, welche an Unterleibsverstopfung leiden, haben nicht selten Oeffnung nach dem Genuß desselben. Wenn man Brodsuppen daraus kocht, so können dieselben sehr für Kranke empfohlen werden.

Man nehme dazu entweder das schwarze Bauernbrod oder Pumpernickel aus Westphalen; beides muß aber so

hart und trocken sein, daß es sich leicht zerreiben läßt. Dieses Pulver röste man unter stetem Hin- und Herrühren mittelst eines hölzernen Löffels mit ungefähr vier Loth Butter in einem irdenen Tiegel mäßig hart, thue es dann in einen Hafen (Topf) und schütte ein Quart Weißbier (Broihan) darauf, nebst einigen Körnern Salz, wornach man es mäßig einkochen läßt. Demnächst treibt man es durch einen Durchschlag, thut eine Hand voll gute mit heißem Wasser gereinigte Korinthen (kleine Rosinen) und Zucker dazu mit etwas wenig Citronensaft; man läßt es alsdann unter Umrühren noch ein Mal heiß werden und quirlt es mit einigen Eidottern ab.

Diese Suppe hat einen angenehmen Geschmack, ist leicht verdaulich, macht dünnen Stuhl und treibt Blähungen ab. Man hat sie daher mit Recht Schwerblütigen empfohlen.

Brodabkochungen, besonders der Rinden, geben ein angenehmes, säuerlich-kühlendes Getränk.

Der Sauerteig, der bekanntlich auch dazu gebraucht werden kann, Geschwüre zu zeitigen, wird zur Säurung und Gährung benützt. Nimmt man zu einem Pfund Sauerteig vier Eßlöffel voll Kochsalz und so viel starken Weinessig, als zur hinreichenden Verdünnung dieser Masse nothwendig ist, so hat man ein vortreffliches Mittel in vielen Kinderkrankheiten, die brennende Hitze und den so gefährlichen Blutandrang gegen den Kopf zu mäßigen, wenn man jene Masse, auf Leinwand gestrichen, um die Vorderfüße und Waden der kleinen Kranken umschlägt, und sie mehrmals erneuert, sobald der Umschlag trocken geworden ist.

Capitel 15.

Nahrungsmittel aus dem Reis.

Diese Getreideart kann zu Krankenspeisen nicht genug empfohlen werden, indem sie alle Tugenden der andern vereinigt, ohne ihre Fehler zu haben. Da der Antheil an Klebestoff in ihm unter allen Getreidearten am geringsten ist, so kann selbst der aus ihm bereitete Brei Kranken gegeben werden, deren Verdauungskräfte zugenommen haben, und die sich im Freien Bewegung machen dürfen. Die Auswahl der aus ihm verfertigten Speisen ist sehr groß, und folgende sind für unsern Zweck die vorzüglichsten.

1) Reissuppe. Man nehme ein Viertelpfund Reis, brühe ihn einigemal mit heißem Wasser, schütte ihn dann in ein mäßig hohes Gefäß, thue drei bis vier Loth Butter, etwas Salz und so viel kaltes Wasser hinzu, daß der Reis damit völlig bedeckt ist. Hierauf läßt man ihn so lange kochen, bis er gehörig gequollen und weich geworden ist, dann treibe man ihn durch einen Durchschlag, versüße ihn mit etwas Wasser und richte die Brühe an. Man kann auch statt des kalten Wassers Fleischbrühe oder Milch nehmen. (Nach Menzzer.)

Noch besser ist es, wenn man den Reis durch Dampf mürbe und weich kocht, und er kann auf diese Art zubereitet alsdann am vortheilhaftesten für alle übrigen Reisspeisen benützt werden.

2) Reisschleim. Man reibe vier Loth Reis in einem steinernen Mörser zu Pulver, läßt ihn dann mit zwei Pfund Wasser zu einer Brühe kochen, welche man durch ein Tuch drückt und auspreßt. Es gerinnt zu einer Gallerte, von welcher man ein bis zwei Löffel mit warmem Wasser oder Fleischbrühe auflöst. Er ist vorzüglich zu empfehlen bei geschwächten Verdauungskräften und in hitzigen Fiebern. (Geoffroy.)

3) Reispanade. Man bringe vier Loth durch Dampf gekochten Reis in eine Schüssel und zerdrückt ihn mit einem Löffel, worauf man ihn mit Wasser oder Fleischbrühe noch ein Mal aufwallen läßt und etwas Salz hinzuthut, das Ganze aber mit einem Eidotter abquirlt.

4) Reispudding. Man nehme ein halbes Pfund Reis, der einige Mal mit heißem Wasser gebrüht wurde, läßt ihn einige Zeit kochen und schüttet dann ein Quart Milch hinzu. Dieses lasse man solange kochen, bis er dick wird, vermische es hierauf mit vier Eiern, etwas Butter und Salz, thue das Ganze in eine Serviette, binde diese fest zu, lege sie in einen Topf mit kochendem Wasser, und läßt es zwei Stunden lang kochen. Dazu gebe man eine einfache Rahmsauce.

Capitel 16.

Speisen von Mais, Haber, Gerste, Hirse, Sergo, Buchwaizen, Sago, Salep, isländischem Moos.

1) Der türkische Waizen oder Mais, wenn er noch am Kolben süß und grün ist, gibt geröstet oder gekocht eine leicht verdauliche und angenehme Speise; dagegen taugen die aus ihm bereiteten Mehlspeisen, namentlich jene Polenta, durchaus nicht für Kranke.

2) Habergrütze gekocht. Man lese die Habergrütze zuvor, indem sie häufig unrein ist, brüht sie mit heißem Wasser und kocht sie mit Milch, die vorher schon warm gemacht wurde; dabei gebe man wohl acht, daß fleißig umgerührt werde. Vor dem Anrichten wird gesalzen und dann mit brauner Butter begossen. Patienten sollen jedoch nur wenig davon essen.

3) Habertränke; sie sind sehr kühlend und angenehm für Kranke, und können mit großem Vortheil da angewendet werden, wo kein gutes Brunnenwasser zu haben ist.

a) Man nehme vier Loth geschälten Haber, koche ihn in einem Quart Wasser eine halbe Stunde lang, seihe es durch, thue Citronensäure und mit Zucker bereiteten Maulbeer- oder Himbeersaft hinzu, so viel als dem Kranken angenehm ist.

b) Nimm anderthalb Pfund guten Haber, reinige ihn

gehörig und wasche ihn einige Mal mit Brunnenwasser in einem Sieb. Nimm dann eine reichliche Hand voll klein geschnittene Hindläuftwurzel (Cichorien). Thue diese Wurzel mit dem Haber in einen reinen Topf, gieße 12 Maas Wasser darauf und koche es bis zur Hälfte ein. Darnach seihe die übrigen sechs Maas durch ein reines Tuch, thue ein Loth gereinigten Salpeter und zwölf Loth Zucker dazu, und lasse es noch einige Mal aufwallen. Hierauf lasse man es in demselben Gefäß wohlverdeckt vierundzwanzig Stunden an einem kühlen Ort stehen, damit es völlig erkalte, worauf man die Flüssigkeit durch ein Tuch filtrirt und zum Trinken in reinen irdenen Flaschen aufhebt. Statt des Zuckers gilt auch reiner Honig. Diese Tisane hat früher bei den Aerzten in großem Ruf gestanden, und wirklich ist sie auch nicht allein sehr leicht verdaulich, sondern wohlschmeckend und nährend, daher sie unverdienter Vergessenheit entzogen zu werden verdient. Man muß aber von derselben nicht allzuviel trinken.

3) Gerstenspeisen.

a) Durststillender Gerstentrank. Man nehme zwei saftige Citronen, entferne die weiße und gelbe Schaale, so wie die Kerne, zerstoße das Fleisch, gieße ein Quart Gerstenwasser, wie es gleich beschrieben werden wird, darüber, und setze vier Loth Maulbeer- oder Himbeersaft, acht Loth guten Rheinwein und vier Loth geröstetes Brod hinzu.

b) Gerstenwasser. Man nehme vier Loth Gerste, welche vorher mit warmem Wasser gereinigt worden ist, koche sie mit fünfviertel Maas Wasser, bis sich die Gerste ganz geöffnet hat; dann seihe man es durch ein leinenes Tuch. Man kann auch dabei Wurzeln und Kräuter abkochen.

c) Eröffnender und krampfstillender Gerstentrank Hoffmanns. Man nehme eine Hand voll reine Gerste, zwei Loth Scorzonere nnd geraspeltes Hirschhorn, ein halb Loth Cichorienwurzel und koche es mit drei Maas Wasser bis auf zwei Maas, worauf man es durchseiht.

d) Stärkender und nährender Gerstentrank Unzers. Man nehme geröstete Gerste oder Malz in Wasser, thut eine geröstete Brodrinde und einige Pomeranzen- oder Citronenscheiben hinzu. Es befördert den Urin und die Ausdünstung.

e) Geoffroys Gerstenbrei oder Orgeat. Man nehme abgeschälte, eingeweichte, mit den Händen geriebene und sieben oder acht Stunden gekochte Gerste, thut sie in einen steinernen Mörser, reibt sie mit geschälten süßen Mandeln und drückt sie durch. Einige machen sie flüssiger, andere dicker. Hierauf thut man Zucker dazu, setzt sie in einer silbernen Schüssel auf glühende Kohlen, und läßt sie ganz gelinde kochen. Dann ist es fertig. Wenn man das Durchgedrückte von neuem kocht, so wird es dicker und nährt mehr. Läßt man es nicht kochen, so ist es flüssiger, und wird von vielen lieber genommen; es nährt aber weniger. Man läßt davon, nachdem es dicker und dünner ist, zwei, drei, vier Mal des Tages nehmen. Zuweilen setzt man bei dem letzten Kochen zur Verbesserung des Geschmacks Milch zu, was aber für Fieberkranke nicht taugt.

f) Gerstengraupensuppe. Man nehme eine Hand voll Gerstengraupen und lasse sie mit ein wenig Butter ziemlich dick einkochen, hierauf setze man noch ein Stück Butter und Fleischbrühe, so viel man will, zu, ziehe es mit einem Eidotter ab und thue ein wenig Salz und Citronensaft hinzu.

4) Hirsenspeisen. (Die von Sergo, Buchwaizen, Schwaden kommen ganz damit überein.)

Hirsentrank von Geoffroy. Man nehme Hirsen, kleine Rosinen (Corinthen) und Feigen, von jedem ein Loth, koche es eine Stunde lang mit einem Quart Wasser und seihe es durch.

5) Sagospeisen.

a) Sago in Milch gekocht nach Menzzer. Man nehme ein Viertelpfund Sago, und wasche ihn in einem Haarsieb mit warmem Wasser einige Male fleißig ab, thue ihn dann in einen flachen irdenen Topf, und setze ihn darauf mit kaltem Wasser hinlänglich bedeckt, aufs Feuer. Alsdann thue eine kleine Wallnuß groß Butter und wenig feine gelbe Citronenschaale daran, und lasse ihn unter stetem Umrühren zu einem mäßig dicken Brei allmählig einkochen. Ist die Arbeit so weit fertig, so schütte so viel frisch gekochte, noch heiße Milch hinzu, daß das Gemische dadurch sämig wird, versüße es hierauf hinlänglich mit Zucker, lasse es unter Umrühren noch ein Mal wieder aufwallen und richte es an.

b) Menzzers Wein-Sagosuppe. Sie soll nach vorheriger Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden, und ich setze noch hinzu, ist nur in geringen Quantitäten dem Kranken zu reichen. Man nehme eine hinreichende Menge weichgekochten guten weißen Sago, und vermische ihn mit rothem oder weißem Wein und süße sie gehörig, laß hierauf das Ganze unter Umrühren noch ein Mal aufwallen.

6) Salepspeisen. (Die **Tapioka** und die **Arrowroot** ebenso, nur daß man die sechsfache Quantität nimmt, also statt einem Quintchen Salep anderthalb Loth **Tapioka** oder **Arrowroot.**)

a) Menzzers Saleptrank. Ein Quintchen Saleppulver mische man unter immerwährendem Rühren über dem Feuer allgemach mit sechszehn Loth Wasser, bis ein schleimiger Absud daraus wird. Nach Befinden der Umstände kann man Fleischbrühe, Milch, Himbeersaft u. s. w. zusetzen und tassenweise täglich verbrauchen lassen. Es ist ungemein nahrhaft und zuträglich für Geschwächte.

b) Menzzers Salepsuppe. Man nehme zwei Theelöffel voll reine pulverisirte Salep, bringe sie in einen mäßig hohen Topf, und rühre sie mit kaltem Wasser zu einem Brei auseinander. Dann schütte unter stetem Umrühren über einem mäßig starken Kohlenfeuer allmählig so viel kochendes Wasser hinzu, daß das Ganze anfänglich mehr dünn als dick wird. Ist dieses geschehen, so wirf etwas frische Citronenschaale, ein klein wenig Zimmt und so viel pulverisirten Zucker daran, daß das Gemische angenehm süß schmeckt, und lasse es darauf unter beständigem Umrühren so lange kochen, bis dasselbe aufgequollen und ein mäßig dicker Brei geworden ist. Alsdann nimm die Citronenschaale und den Zimmt heraus, thue so viel guten weißen Franzwein hinzu, bis das Gemische säumig ist und angenehm süß-säuerlich schmeckt, lasse es darauf noch ein Mal aufwallen und gieb es deinem schwachen Kranken zu essen. (Könnte auch ohne Zimmt bereitet werden.)

7) Isländische Moosspeisen.

a) Moosgelée wird gewonnen, wenn man zwei Loth des geschnittenen und vorher mit kaltem Wasser abgewaschenen Mooses mit zwei Schoppen Wasser auf die Hälfte einkocht, den Absud noch heiß durch ein Tuch preßt, und dann

an einem kühlen Ort zu Gallerte gerinnen läßt. Es ist ungemein nährend und leicht verdaulich, kann daher für sehr Geschwächte nicht genug empfohlen werden. Um ihm einen angenehmen Geschmack zu geben, vermische man es mit Fruchtgelée, und gebe es theelöffelweise stündlich. Das irländische Moos wird ganz auf ähnliche Art behandelt.

b) Mooschocolade. Man bekommt sie jetzt in allen guten Apotheken. Auch sie hat große Vorzüge als Nahrungsmittel für Geschwächte, nur darf sie bei sehr schlechtem Magen und gastrischen Unreinigkeiten, sowie großer Neigung zu Verstopfungen, nicht angewendet werden. Vergleiche damit, was am Schlusse des 18. Capitels über denselben Gegenstand gesagt wird.

Capitel 17.

Speisen von starknährenden Knollen- und Wurzel-Gewächsen.

1) Erdäpfel- oder Kartoffelspeisen. Sie sind zwar eine gute und nahrhafte Kost, dürfen aber Kranken und Genesenden nur nach vorheriger Besprechung mit dem Arzt gereicht werden. Sie passen nicht bei allen verschleimten, verstopften und vollblütigen Personen; so wie auch ihr Genuß des Abends verboten werden muß.

a) Kartoffelbrei. Man nehme eine beliebige Menge gehöriger reifer und auf einem mehr trockenen, sandigen Boden gewachsener Kartoffeln, (die auf trockenem Boden sind mehliger, schlittigwerdende im Kochen sind höchst schädlich für Kranke;) schäle und wasche sie rein ab, setze sie dann mit kaltem Wasser auf und lasse das Ganze ins Kochen kommen; hierauf setze etwas Salz und Butter zu, und zerrühre unter immerwährendem Kochen Alles zu einem Brei, welchen man dann mit etwas Fleischbrühe anrichtet.

b) Mit Bouillon gekochte Erdäpfel. (Nach Menzzer.) Man lasse sich einen etwa zwölf Zoll hohen und acht Zoll weiten Topf von englischem Eisenblech verfertigen, welcher, nebst einem mit einem festen Handgriff versehenen Deckel, in der Mitte eine bewegliche, von verzinntem Blech

Capitel 8.

Austernspeisen.

Ueber den Werth und die Beschaffenheit dieser Speise wurde bereits im ersten Theil ausführlich gehandelt; demnach brauchen wir uns hier nur bei der Zubereitung aufzuhalten.

Ich würde die Austern am liebsten so für Diejenigen, welchen der Arzt sie erlaubt, zubereiten lassen. Man klopfe zuerst den Schmutz der Schaalen von Außen mit einem Messer ab, lege sie aber nicht zur Reinigung in Wasser, wie einige thun, denn dadurch geht das für den Magen zur Verdauung der Auster wirksame Salzwasser verloren. Durch dieses Klopfen öffnet sich die Schaale etwas, und man fährt nun in dieselbe mit einem starkklingigen Messer bis an das Schloß hinein, faßt an der entgegengesetzten Seite die Auster mit einem Tuch, und drückt das Messer nach der Seite, so springt das Schloß auf. Man trennt hierauf das Thier von der flachen Schaale mit dem Messer und legt es in die tiefere. Der Genießende schüttet nun etwas Citronensaft und Oel darauf und ißt sie dann sogleich. Einige Aerzte empfehlen etwas starken Wein dazu zu trinken; dieser kann aber auch wegbleiben, und man esse nur etwas trockenes Weißbrod nach. Die gebackenen oder auf anderweite Weise zugerichteten Austern sind für schwache Personen schädlich. Menzzer gibt eine Fischsauce mit Austern an, die ich nur darum in einer Anmerkung *

* Nimm eine mäßig große Schalotte, zerhacke sie, schütte einen fein zerstoßenen Zwieback, ein Loth Butter, eine gute Prise zerstoßene Muskatenblüte, und eine kleine Prise Cageronpfeffer hinzu, formire diese Masse hierauf zu einem mäßig dicken Brei, und setze ihn einstweilen bei Seite. Alsdann nimm einen proportionirten etwas tiefen irdenen Topf, thue den gedachten Brei

herseße, um zu zeigen, wie sehr Aerzte durch Anempfehlung von derartigen Krankenessen großen Schaden stiften. Wie kann in einem nur erst von der Krankheit sich erholt habenden Magen ein solches Gericht heilsam sein? Es muß den Stoff zu neuen Uebeln abgeben.

Die Muscheln sind schon im ersten Theil, als aus der Krankenküche verbannt, angegeben worden.

Capitel 9.

Abgekochtes Schneckenwasser. Nimm dreißig Waldschnecken, zerstoße sie in einem Mörser, thue fünf süßsäuerliche Aepfel, die mit der Haut in Scheiben geschnitten werden und neue Katharinenpflaumen hinzu. Koche dieses alles eine Stunde lang in einem Maaß Wasser, seihe es durch, klarificire es mit Eiweiß, und trinke es verdünnt mit warmem Wasser tassenweise.

Capitel 10.

Vipernbrühe. Nimm ein junges Huhn, das nicht fett ist, Pimpinelle, Cichorien, Körbel und Lattich, von

hinein, und zerrühre ihn über gelindem Kohlenfeuer mit dem Zusatz von etwa zwei Eßlöffel voll von dem noch heißen Fischwasser, den Saft von einer halben Citrone und ungefähr 1/8 Quart starke klare Bouillon wohl auseinander, so daß das Gemische eine feine sämige Brühe wird. Ist die Arbeit so weit fertig, so werfe man etwa 10 bis 20 Stück wohl gereinigte frische Austern hinzu, lasse unter Umrühren sie damit für etwa 5 bis 10 Minuten durchhitzen, nimm den Topf darauf vom Feuer und quirle die Sauce, so wie sie ist, in einer Sauciere mit ein Paar Eidotter ab. Sollte die Sauce beim Anrichten etwa ein wenig zu sauer oder zu salzig schmecken, so wird gewiß der Zusatz von einem Stückchen Zucker dieselbe eher verbessern, als verderben.

jedem eine Hand voll; eine Viper, der man die Haut lebendig abgezogen hat. Schneide dieselbe in Stücke, wirf den Kopf, den Schwanz und die Gedärme weg, und behalte das Herz, die Leber und den Körper. Koche alles zusammen in einer hinlänglichen Masse Wasser, drücke die Bouillon stark aus, damit aller Vipernsaft herauskommt. Trinke davon vierzehn Tage lang des Morgens nüchtern.

Wenn man keine frischen Vipern haben kann, nimmt man zwei bis drei Loth trockene, zu Pulver gestoßene Vipern; aber in diesem Fall ist denn wohl die reinigende Kraft dieser Brühe den darin befindlichen Kräutern zuzuschreiben. Die frische Vipernbrühe mag vielleicht wirksamer sein. Doch dünkt mich, daß man ihrer ganz entbehren kann, weil wir gegen die Krätze, Geschwüre, Schwindsucht und Auszehrungen viel andere gute Mittel haben. (Zückert.)

Capitel 11.

1) Schildkrötensuppe. Man lege die Schildkröten auf glühende Kohlen und haue ihnen, wenn sie den Kopf, Schwanz und Füße hervorstrecken, diese mit einem Messer ab; wäscht sie gehörig aus, setzt sie mit Wasser zum Feuer und läßt sie weich kochen, thut sie sodann in kalt Wasser, erledigt sie von der Schaale und kühlt das Fleisch wie junge Hühner. Nun nehme man ein Pfund mageres Kalbfleisch und die Leber, das Herz und das Fleisch von einer Land- oder Wasserschildkröte, koche dieses nach dem Abschäumen mit einem und einem halben Quart kaltem Wasser bis zur Hälfte, oder noch lieber bis alles Fleisch breiig weich ist, drücke es durch ein Haarsieb, und lasse es zur Gallerte gestehen.

Entkräftete, aber vom Fieber befreite Kranke oder so

eben Genesene, bekommen davon früh zwei bis drei Loth in guter heißer Fleischbrühe aufgelöst mit gerösteten Semmelschnitten als Suppe.

2) Schildkrötenfricassée. Die, wie vorher beschrieben, gesottene Schildkröte wird mit ungesalzener Butter in einen Tiegel gelegt und ein Stück Zwiebel nebst einigen Citronenscheiben dazu. Man läßt sie auf einem Kohlenfeuer heiß werden, schüttet ein halbes Glas guten Wein und in gehöriger Menge starke Bouillon dazu, und läßt es eine gute Weile kochen. Unterdessen schlage man vier Eidotter mit etwas Essig und gewiegter Petersilie, schütte langsam und unter beständigem Rühren die Brühe von der Schildkröte dazu; während dem diese mit frischer Butter belegt, noch etwas gedämpft wird, und zuletzt schüttet man die noch warme Brühe über die Schildkröte, und richtet sie mit grüner Petersilie an.

Capitel 12.

Anhang von Krebs- und andern Suppen und Gallerten aus dem Thierreich für Kranke.

1) Gallerte von Krebsen und Schnecken. Nimm dreißig Krebse und ebensoviel Schnecken, säubere sie, als ob sie gespeist werden sollten, zerstoße sie klein und setze sie mit einem Loth frischer Butter auf ein gelindes Feuer. Thue zwei gesäuberte und klein gehackte Kälberfüße und acht Pfund (2½ Maaß) Quellwasser hinzu. Lasse alles solange zusammenkochen, bis nur noch drei Schoppen Brühe übrig bleiben; alsdann wirf eine Hand voll Körbel und andere Gewürzkräuter, klein geschnitten, hinein. Lasse es noch ein Mal aufsieden und presse es durch eine starke Leinwand. So wird es in den Keller gesetzt, damit es wie eine Gallerte

gerinne. Mit diesem Vorrath kann man vier bis fünf Tage auskommen.

Von dieser Gallerte nimmt ein abgezehrter Kranker, welcher nicht schlecht verdaut, Morgens, Mittags und Abends jedesmal zwei Eßlöffel voll in etwa sechs Löffeln voll ungesalzener Hühnerbrühe.

2) Erweichende Krebsbrühe mit Wurzeln und Kräutern. Nimm drei Pfund lebendige Krebse, koche sie eine Stunde lang in vier Quart Wasser; dann nimm die Krebse heraus, zerstoße sie mit den Schaalen und koche sie von neuem in dem vorigen Wasser vier Stunden lang, jedoch so, daß man von Zeit zu Zeit etwas Wasser zugießt. Hernach seihe es durch, thue acht Loth Haberwurzel, vier Loth Zuckerwurzel, zwei Loth Ochsenzungenblätter und drei Loth Boretsch hinzu. Lasse es alles noch einige Mal aufsieden und seihe es sodann durch.

Man nimmt alle zwei Stunden eine Theetasse voll mit oder ohne Fleischbrühe. (Boerhaave.)

3) Scorbutbrühe. Nimm zwei zerschnittene Kälberherzen, Schwänze und Scheeren von einem Dutzend Krebse, koche alles zusammen in einer hinlänglichen Menge Wasser mit Löffelkraut, Bachbungen, Kresse, Erdraute und Sellerie, von jedem zwei Hände voll, ein Quentchen bittere Pomeranzenschaalen, ein Loth wilden Rübsamen, und theile es in zwei Portionen.

Diese Brühe zertheilt den Schleim, treibt den Urin, reinigt das Blut. Man kann sie daher auch in der Verschleimung der Säfte, in der Bleichsucht, Melancholie und angehenden Wassersucht geben. (Helvetius.)

4) Hirschhorngallerte mit Wein. Nimm ein halbes Pfund geraspeltes Hirschhorn, koche es bei gelindem Feuer in einem wohlverwahrten Topf mit zwei Quart Wasser, bis es dicklich wird. Seihe es durch und kläre es mit

einem Weißen vom Ei. Thue ein halbes Pfund Kanarienzucker, acht Loth Rheinwein und zwei Loth Citronensaft hinzu und lasse es erkalten.

5) Hirschhorngallerte ohne Wein. Nimm sechzehn Loth geraspaltes Hirschhorn, koche es mit einem Maaß Wasser in einem wohlverwahrten Topf bei gelindem Feuer vier Stunden lang, seihe es rein durch, und lasse es an einem kühlen Ort gerinnen. (Zückert.)

6) Kälberlungen-Hachée für Schwindsüchtige. Nimm eine Kälberlunge sammt dem Herzen, wasche sie fleißig, thue sie dann in einen tiefen Topf, bedecke sie hinlänglich mit kaltem Wasser und bringe sie ins Kochen. Wenn sie anfängt zu schäumen, so schäume sie wohl ab, und lasse sie dann gar kochen. Alsdann nimm sie heraus, lege sie auf ein Hackbrett und gieße die zurückbleibende Brühe nicht weg. Nun hacke das Herz und die Lunge entzwei, so, daß das Ganze mittelmäßig fein wird. Demnächst setze einen etwas flachen irdenen Topf aufs Feuer, thue etwa vier Loth Butter hinein, und wenn selbige zerschmolzen ist, so schütte zu der zerhackten Lunge eine oder zwei Tassen der übrig gebliebenen Brühe — noch besser rückständig gebliebene klare Rindfleischbrühe — ferner eine kleine fein gehackte Zwiebel, eine Hand voll in warmem Wasser wohlgewaschene Corinthen, etwas Salz, etwas Zucker, etwas feingestoßene geröstete Semmel und so viel Citronensaft, daß das Gemische süß-säuerlich schmeckt. Laß dieses dann noch einmal durchkochen und richte es an.

Ein solches Gericht ist besonders Schwindsüchtigen und Kindern zu empfehlen, welche an Dörrsucht leiden, angenehm in Geschmack, leicht verdaulich und nährend, gleichsam specifisch heilsam gegen Lungenaffektionen. (Menzzer.)

7) Kalbfleischsuppe mit Reis, Perlgraupen etc. Man nehme aus der Keule, aus der Schulter oder von dem

vordersten Theile der Brust etwa zwei Pfund gutes Kalbfleisch, wasche es mit kaltem Wasser rein, erschüttere es darauf für einige Minuten bedeckt mit kochendem Wasser, thue es dann in einen tiefen irdenen Topf, gieße zwei Quart kaltes Wasser darüber und bringe es ins Kochen. Hast du es nunmehr wohl abgeschäumt, so werfe etwa vier Loth wohl abgebrannten Reis oder gewaschene feine Perlgraupen und etwas Salz dazu, und lasse damit die Suppe langsam bis zur Hälfte einkochen, aber hüte dich, kein kochendes Wasser nachzugeben, wodurch du zwar die Menge deiner Suppe vermehren, sie gewiß aber nicht verbessern wirst. Etwa eine halbe Stunde vor dem Anrichten schütte entweder wohl gereinigtes Suppenkraut, als Petersilie, Petersilienwurzel und in Scheiben geschnittenen, feinen Sellerie einzeln daran, oder binde diese Kräuter zuvor in einem Bund mit Zwirnfaden zusammen, lasse die Suppe damit noch ein Mal stark durchkochen, siebe sie demnächst entweder durch, oder richte alles zusammen in eine Terrine an. Auch kann man sie mit Eidotter abquirlen.

Sie ist milde im Geschmack, gut nährend, leicht verdaulich, und wird schwachen entkräfteten Personen, zärtlichen Wöchnerinnen und zarten Kindern, welche kein Fieber haben und deren Verdauungskräfte wieder thätig geworden sind, gewiß sehr dienlich und heilsam sein, vorzüglich in den späten Morgenstunden. (Nach Menzzer.)

8) Kälberlungensuppe. (Nach Menzzer.) Dieselbe scheint wirklich spezifisch gegen die Auszehrung und vorzüglich die eiternde Lungensucht zu wirken, aus welchem Grund sie in der Krankenküche mit Recht einen hohen Rang behauptet.

Man nehme eine nicht aufgeblasene, gute, frische Kälberlunge sammt dem Herzen, schneide die Luftröhre nebst den Hauptgefässen davon, reinige sie gehörig, zerschneide dann

beides in wohlgefällige mäßig große Stücke, und setze sie hinlänglich mit kaltem Wasser bedeckt, in einem irdenen Topf aufs Feuer. Nach dem Schäumen thue einige Petersilienwurzeln, Sellerieſcheiben und gelbe Wurzeln hinzu, lasse sie damit bis auf ein Quart Flüssigkeit für etwa zwei Stunden lang einkochen und richte sie dann an. Wenn der Kranke das Fleisch des Herzens auch nicht essen darf, so lasse ihn, wenn die Umstände es nicht durchaus verbieten, doch wenigstens die in kleine Stücken geschnittene Lunge mit verzehren.

9) Rindfleischsuppe mit Kalbfleisch. Lasse ein Pfund Rindfleisch und anderthalb Pfund Kalbfleisch mit dritthalb Quart Wasser bis auf ein Quart einkochen, und verfahre im Uebrigen dann ebenso, wie es bei der früher beschriebenen Kalbfleischsuppe angegeben worden ist. Einige Lorbeerblätter und Suppenkräuter können auch zugesetzt werden. Sie ist noch kräftiger als die vorbeschriebene. (Nach Menzzer.)

10) Rindfleischsuppe mit trockenen Erbsen. Man setze zwei Pfund gutes Rindfleisch mit zwei Quart kaltem Wasser zu in einem tiefen irdenen Topf (Hafen), und schäume, wenn es kocht, werfe auch zwei Löffel voll Salz darein. Hierauf schütte man ein halbes Pfund die Nacht vorher in kaltem Wasser gequollene Erbsen und einige in Scheiben geschnittene Selleriewurzeln hinzu, und lasse es bis auf ein Quart einkochen. Demnächst nimm das Fleisch heraus, treibe die Suppe durch einen Durchschlag, und gieb sie deinen Kranken. Nach Umständen kann sie mit heißem Wasser oder dünner Fleischbrühe verdünnt werden.

Sie ist sehr schmackhaft, wenig blähend, leicht verdaulich und stark nährend, indem, die Hülsen abgerechnet, die Erbsen viel vegetabilische Gallerte enthalten.

11) Hühnersuppe. Nimm ein altes Huhn, und wenn du es geschlachtet und mit kochendem Wasser gebrüht, gereinigt, ausgenommen, gewaschen und abgespült hast, so wird es mit wenig Butter halbfertig gebraten. Thue es klein zerschnitten in einen Topf, gieße zwei Quart Kalb- oder Rindfleischbrühe hinzu, und lasse es eine gute Stunde stark kochen. Hierauf filtrire es durch eine Serviette, nachdem vorher das Ganze noch gelinde gesalzen worden ist.

Sie ist sanft und milde im Geschmack, aber kräftig, und wird daher entkräfteten Wöchnerinnen, welche bereits das Milchfieber überstanden haben, so wie auch geschwächten Männern mit Urin- und Harnblasenleiden sehr gut thun.

12) Dieselbe mit Rindfleisch. Nimm zwei Pfund gutes Rindfleisch und ein wohlgereinigtes altes Huhn, thue beides in einen irdenen Suppentopf und bringe es mit drei Quart kaltem Wasser ins Kochen. Wenn es geschäumt ist, so füge man einige Lorbeerblätter und eine in Mousselin gebundene Zwiebel, etwas Salz und ein halbes Viertelpfund gerösteten Reis oder Gerstengraupen hinzu. Eine Stunde bevor man es vom Feuer nimmt, werfe man einige Sellerieschеiben und Selleriekraut, Petersilienwurzel, gelbe Wurzeln, Liebesapfel und Blumenkohl hinzu, lasse die Suppe ferner damit kochen und treibe sie dann — ohne das Fleisch — entweder durch einen Durchschlag über geröstete Semmelscheiben in eine Schüssel, oder bringe sie so, wie sie ist, auf den Tisch.

Drei Stunden muß diese Suppe kochen, und hat das Huhn Eier bei sich, so müssen sie, so wie auch die Leber, nur erst eine Viertelstunde vor dem Anrichten mit in den Topf kommen, weil sie sonst zu hart und unverdaulich werden. Die Zwiebel nimm zuletzt heraus.

Gichtische Personen sollen nicht zu häufig dieses Gericht genießen.

13) Quappen= oder Aalraupensuppe. Das Fleisch der Quappe oder Aalraupe vertheidigt Menzzer, und auch ich habe nach dem Genuß dieses Fisches nie Verdauungsbeschwerden gefühlt, wie beim Aal z. B., und kann daher auch die von Menzzer beschriebene Suppe nicht verwerfen, nur muß sie mit besonderer Erlaubniß des Arztes gegeben werden, wornach sich meine freundlichen Leserinnen zu richten haben.

Nimm ein Paar Pfund mäßig große Quappen, mache am Kopf einen Zirkelschnitt durch die Haut, und ziehe sie wie Aale ab. Alsdann öffne den Leib, reinige sie und lege die Milch und Leber bei Seite. Hierauf bringe etwa ein halbes Pfund Habergrütze mit hinlänglichem kochendem Wasser, etwas Salz, fünf bis sechs Stück schwarzen Pfefferkörnern, einige in Strieben geschnittene gelbe Wurzeln, Steckrüben, Petersilienwurzel und Sellerieſcheiben in einem irdenen Topf zum Feuer, und lasse dieß fürs erste so lange kochen, bis die Rüben gahr sind und die Hafergrütze sämig geworden ist. Alsdann schlage man alles durch einen Durchschlag in einen andern Hafen, werfe die zerschnittene Milch und Leber dazu nebst vier Loth ungesalzener Butter, und lasse es noch eine halbe Stunde kochen, dann ist die Suppe fertig.

14) Suppe von Flußbarschen. Man nehme zwei Pfund Barsche, löse die Kiemen und nehme die Eingeweide heraus, und wenn sie Milch oder Leber bei sich führen, so scheide diese sorgfältig von der Gallenblase. Hierauf werden sie geschuppt, die Stachelflossen abgeschnitten und mit Salz in anderthalb Quart kochendem Wasser eine Viertelstunde in einem tiefern Gefäß rasch gekocht. Ist dieses geschehen, so nimm deine Fische heraus, theile von der Hälfte derselben mit der größten Achtsamkeit das Fleisch von den Gräten und zerstoße die andere Hälfte nebst dem Abfall von

der ersten zu einem Brei. Diesen Brei thue dann wieder in das Fischwasser und lasse es mit dem Zusatz von ein wenig guter Butter, wenig Zucker und eine Prise feingestoßenen Cardamomsamen einstweilen ferner kochen. Während dieser Zeit zerhacke die vorhin bedachte, von ihren Gräten abgesonderte erste Hälfte der Barsche nebst den Milchen und Lebern recht fein, und formire mit Hülfe von gestoßenem Zwieback, einigen Eidottern, etwas zerlassener Butter und ein wenig Zucker kleine Klöse (Knödel) davon, treibe demnächst deine Suppe durch ein Sieb in einen andern irdenen Topf, thue die Knödel daran, lasse sie weich kochen und quirle sie zuletzt mit einigen Eidottern ab.

Die vorgehenden Nummern sind ebenfalls mit den nöthigen Abänderungen aus Menzzers Kochbuch. Namentlich schien mir die von diesem Schriftsteller empfohlene Muskatnuß nichts weniger als ein Gewürz für Kranke. Ich esse als Gesunder fast nie gewürzte Speisen, und sie werden mir dennoch so schmackhaft gekocht, daß ich nie eine Sehnsucht nach ausländischen Gewürzen bekomme. Im Ganzen sind dieselben auch mehr eine Aushülfe für Köche, um diesen oder jenen unangenehmen Geruch oder Geschmack zu vertreiben, denn diese Herren sind in der Benutzung von gutem oder schlechtem Fleisch nicht sehr scrupulös.

Capitel 13.

Ueber die Nahrungsmittel aus dem Waizen und ihre Bereitung.

1) Das Waizenbrod. Ist für die meisten Kranken das vortheilhafteste, indem es leicht verdaulich und doch sättigend und nährend ist. Man rechnet zum Einteigen auf einen Viertelscheffel sächsisch (oder ein und 1/8 Viertel bairisch)

Mehl gewöhnlich 12 Maas Wasser mittlerer Temperatur. In diesen dünnen Teig kommt eine welsche Nuß groß Sauerteig, dann rührt man es tüchtig um, streut Mehl darüber, deckt es zu und läßt es über Nacht stehen. Den andern Morgen nimmt man wiederum so viel Mehl als zuvor, und mengt es mit dem Teig, läßt es wohl durcharbeiten und dann aufgehen. Hierauf kommt der Teig auf einen Tisch und wird von Neuem durchgearbeitet, gewirkt. Hier ist darauf zu sehen, daß er seine gehörige Festigkeit erlange; je weicher er ist, desto leichter, je fester er ist, desto schwerer wird das Brod. Ein gutes Brod aber soll hierin gerade die Mitte halten. Hierauf wird es in einen nicht zu heißen Backofen geschoben und dann läßt man es zwei Stunden lang backen. Nach dem Backen wird es mit Wasser bestrichen.

Es kann hier nicht eine ausführlichere Anweisung gegeben werden, wie und auf welche Weise das Brod gebacken wird; jede Hausmutter, welche es bäckt, weiß dieses schon selbst. Die Kennzeichen eines guten Brodes sind: daß es eine harte aber nicht verbrannte Rinde, eine weiche, wollige, nicht mit Mehlklümpchen vermischte Krume und keinen üblen, dumpfigen Geruch oder Geschmack habe.

Kranke sollen nie ganz frisches, sondern Brod vom andern Tage genießen. Die Bereitungsart von Brod aus andern Getreidesorten ist die nämliche.

2) Waizengraupen, welche ganz rund Perlgrauben genannt werden, und wovon die Nürnberger vorzüglich berühmt sind, geben eine gute wohlschmeckende Nahrung, die aber wegen des noch beigemischten Klebestoffes (s. erster Theil, Waizen) in einen Magen gehören, der gute Bewegung hat. Wenn man sie aber durchschlägt, nachdem sie gekocht sind, und nur den dünnen Schleim, das aufgelöste Stärkemehl, nimmt, so ist dieser für Kranke ein

sehr brauchbares Nahrungsmittel. — Bevor man sie kocht, müssen sie rein gelesen werden.

3) Das Stärkemehl. (S. den ersten Theil, Waizen.) Es dient zu mancherlei Backwerk, und soll in großen aber leichten, zarten, brüchigen, weißen Klumpen bestehen. Man soll in der Krankenküche nur frisches verbrauchen. Es werden davon Breie gekocht, welche aber sehr stopfen und daher nicht für Kranke taugen. Eine Messerspitze voll genommen und damit Suppen u. s. w. abgequirlt, machen dieselben wohlschmeckender und sämiger.

4) Die Waizennudeln sind keine Krankenspeise.

5) Die Waizenkleie. Sie ist gut beim Rothlauf zu trockenen Umschlägen, und als Hauptreinigungsmittel unter Waschwasser und Bäder.

Capitel 14.

Nahrungsmittel aus dem Roggen.

1) Roggenmehlbrei. Er stopft und nährt, ist aber eben deßhalb mit Vorsicht zu gebrauchen; man empfiehlt ihn den noch nicht sehr entkräfteten Lungensüchtigen.

2) Das Roggenbrod. (S. den ersten Theil, Roggen.) Es wird so gebacken wie das Waizenbrod (s. oben), und nur Pumpernickel aus Mehl, worin die Kleie geblieben. Für gute Mägen, und wer sich etwas Bewegung machen kann, ist das Roggenbrod vortrefflich, und diejenigen Bresthaften, welche an Unterleibsverstopfung leiden, haben nicht selten Oeffnung nach dem Genuß desselben. Wenn man Brodsuppen daraus kocht, so können dieselben sehr für Kranke empfohlen werden.

Man nehme dazu entweder das schwarze Bauernbrod oder Pumpernickel aus Westphalen; beides muß aber so

hart und trocken sein, daß es sich leicht zerreiben läßt. Dieses Pulver röste man unter stetem Hin= und Herrühren mittelst eines hölzernen Löffels mit ungefähr vier Loth Butter in einem irdenen Tiegel mäßig hart, thue es dann in einen Hafen (Topf) und schütte ein Quart Weißbier (Broihan) darauf, nebst einigen Körnern Salz, wornach man es mäßig einkochen läßt. Demnächst treibt man es durch einen Durchschlag, thut eine Hand voll gute mit heißem Wasser gereinigte Korinthen (kleine Rosinen) und Zucker dazu mit etwas wenig Citronensaft; man läßt es alsdann unter Umrühren noch ein Mal heiß werden und quirlt es mit einigen Eidottern ab.

Diese Suppe hat einen angenehmen Geschmack, ist leicht verdaulich, macht dünnen Stuhl und treibt Blähungen ab. Man hat sie daher mit Recht Schwerblütigen empfohlen.

Brodabkochungen, besonders der Rinden, geben ein angenehmes, säuerlich=kühlendes Getränk.

Der Sauerteig, der bekanntlich auch dazu gebraucht werden kann, Geschwüre zu zeitigen, wird zur Säurung und Gährung benützt. Nimmt man zu einem Pfund Sauerteig vier Eßlöffel voll Kochsalz und so viel starken Weinessig, als zur hinreichenden Verdünnung dieser Masse nothwendig ist, so hat man ein vortreffliches Mittel in vielen Kinderkrankheiten, die brennende Hitze und den so gefährlichen Blutandrang gegen den Kopf zu mäßigen, wenn man jene Masse, auf Leinwand gestrichen, um die Vorderfüße und Waden der kleinen Kranken umschlägt, und sie mehrmals erneuert, sobald der Umschlag trocken geworden ist.

Capitel 15.

Nahrungsmittel aus dem Reis.

Diese Getreideart kann zu Krankenspeisen nicht genug empfohlen werden, indem sie alle Tugenden der andern vereinigt, ohne ihre Fehler zu haben. Da der Antheil an Klebestoff in ihm unter allen Getreidearten am geringsten ist, so kann selbst der aus ihm bereitete Brei Kranken gegeben werden, deren Verdauungskräfte zugenommen haben, und die sich im Freien Bewegung machen dürfen. Die Auswahl der aus ihm verfertigten Speisen ist sehr groß, und folgende sind für unsern Zweck die vorzüglichsten.

1) Reissuppe. Man nehme ein Viertelpfund Reis, brühe ihn einigemal mit heißem Wasser, schütte ihn dann in ein mäßig hohes Gefäß, thue drei bis vier Loth Butter, etwas Salz und so viel kaltes Wasser hinzu, daß der Reis damit völlig bedeckt ist. Hierauf läßt man ihn so lange kochen, bis er gehörig gequollen und weich geworden ist, dann treibe man ihn durch einen Durchschlag, versüße ihn mit etwas Wasser und richte die Brühe an. Man kann auch statt des kalten Wassers Fleischbrühe oder Milch nehmen. (Nach Menzzer.)

Noch besser ist es, wenn man den Reis durch Dampf mürbe und weich kocht, und er kann auf diese Art zubereitet alsdann am vortheilhaftesten für alle übrigen Reisspeisen benützt werden.

2) Reisschleim. Man reibe vier Loth Reis in einem steinernen Mörser zu Pulver, läßt ihn dann mit zwei Pfund Wasser zu einer Brühe kochen, welche man durch ein Tuch drückt und auspreßt. Es gerinnt zu einer Gallerte, von welcher man ein bis zwei Löffel mit warmem Wasser oder Fleischbrühe auflöst. Er ist vorzüglich zu empfehlen bei geschwächten Verdauungskräften und in hitzigen Fiebern. (Geoffroy.)

3) Reispanade. Man bringe vier Loth durch Dampf gekochten Reis in eine Schüssel und zerdrückt ihn mit einem Löffel, worauf man ihn mit Wasser oder Fleischbrühe noch ein Mal aufwallen läßt und etwas Salz hinzuthut, das Ganze aber mit einem Eidotter abquirlt.

4) Reispudding. Man nehme ein halbes Pfund Reis, der einige Mal mit heißem Wasser gebrüht wurde, läßt ihn einige Zeit kochen und schüttet dann ein Quart Milch hinzu. Dieses lasse man solange kochen, bis er dick wird, vermische es hierauf mit vier Eiern, etwas Butter und Salz, thue das Ganze in eine Serviette, binde diese fest zu, lege sie in einen Topf mit kochendem Wasser, und läßt es zwei Stunden lang kochen. Dazu gebe man eine einfache Rahmsauce.

Capitel 16.

Speisen von Mais, Haber, Gerste, Hirse, Sergo, Buchwaizen, Sago, Salep, isländischem Moos.

1) Der türkische Waizen oder Mais, wenn er noch am Kolben süß und grün ist, gibt geröstet oder gekocht eine leicht verdauliche und angenehme Speise; dagegen taugen die aus ihm bereiteten Mehlspeisen, namentlich jene Polenta, durchaus nicht für Kranke.

2) Habergrütze gekocht. Man lese die Habergrütze zuvor, indem sie häufig unrein ist, brüht sie mit heißem Wasser und kocht sie mit Milch, die vorher schon warm gemacht wurde; dabei gebe man wohl acht, daß fleißig umgerührt werde. Vor dem Anrichten wird gesalzen und dann mit brauner Butter begossen. Patienten sollen jedoch nur wenig davon essen.

3) Habertränke; sie sind sehr kühlend und angenehm für Kranke, und können mit großem Vortheil da angewendet werden, wo kein gutes Brunnenwasser zu haben ist.

a) Man nehme vier Loth geschälten Haber, koche ihn in einem Quart Wasser eine halbe Stunde lang, seihe es durch, thue Citronensäure und mit Zucker bereiteten Maul- beer- oder Himbeersaft hinzu, so viel als dem Kranken angenehm ist.

b) Nimm anderthalb Pfund guten Haber, reinige ihn

gehörig und wasche ihn einige Mal mit Brunnenwasser in einem Sieb. Nimm dann eine reichliche Hand voll klein geschnittene Hindläuftwurzel (Cichorien). Thue diese Wurzel mit dem Haber in einen reinen Topf, gieße 12 Maas Wasser darauf und koche es bis zur Hälfte ein. Darnach seihe die übrigen sechs Maas durch ein reines Tuch, thue ein Loth gereinigten Salpeter und zwölf Loth Zucker dazu, und lasse es noch einige Mal aufwallen. Hierauf lasse man es in demselben Gefäß wohlverdeckt vierundzwanzig Stunden an einem kühlen Ort stehen, damit es völlig erkalte, worauf man die Flüssigkeit durch ein Tuch filtrirt und zum Trinken in reinen irdenen Flaschen aufhebt. Statt des Zuckers gilt auch reiner Honig. Diese Tisane hat früher bei den Aerzten in großem Ruf gestanden, und wirklich ist sie auch nicht allein sehr leicht verdaulich, sondern wohlschmeckend und nährend, daher sie unverdienter Vergessenheit entzogen zu werden verdient. Man muß aber von derselben nicht allzuviel trinken.

3) Gerstenspeisen.

a) Durststillender Gerstentrank. Man nehme zwei saftige Citronen, entferne die weiße und gelbe Schaale, so wie die Kerne, zerstoße das Fleisch, gieße ein Quart Gerstenwasser, wie es gleich beschrieben werden wird, darüber, und setze vier Loth Maulbeer- oder Himbeersaft, acht Loth guten Rheinwein und vier Loth geröstetes Brod hinzu.

b) Gerstenwasser. Man nehme vier Loth Gerste, welche vorher mit warmem Wasser gereinigt worden ist, koche sie mit fünfviertel Maas Wasser, bis sich die Gerste ganz geöffnet hat; dann seihe man es durch ein leinenes Tuch. Man kann auch dabei Wurzeln und Kräuter abkochen.

c) Eröffnender und krampfstillender Gerstentrank Hoffmanns. Man nehme eine Hand voll reine Gerste, zwei Loth Scorzonere und geraspeltes Hirschhorn, ein halb Loth Cichorienwurzel und koche es mit drei Maas Wasser bis auf zwei Maas, worauf man es durchseiht.

d) Stärkender und nährender Gerstentrank Unzers. Man nehme geröstete Gerste oder Malz in Wasser, thut eine geröstete Brodrinde und einige Pomeranzen- oder Citronenscheiben hinzu. Es befördert den Urin und die Ausdünstung.

e) Geoffroys Gerstenbrei oder Orgeat. Man nehme abgeschälte, eingeweichte, mit den Händen geriebene und sieben oder acht Stunden gekochte Gerste, thut sie in einen steinernen Mörser, reibt sie mit geschälten süßen Mandeln und drückt sie durch. Einige machen sie flüssiger, andere dicker. Hierauf thut man Zucker dazu, setzt sie in einer silbernen Schüssel auf glühende Kohlen, und läßt sie ganz gelinde kochen. Dann ist es fertig. Wenn man das Durchgedrückte von neuem kocht, so wird es dicker und nährt mehr. Läßt man es nicht kochen, so ist es flüssiger, und wird von vielen lieber genommen; es nährt aber weniger. Man läßt davon, nachdem es dicker und dünner ist, zwei, drei, vier Mal des Tages nehmen. Zuweilen setzt man bei dem letzten Kochen zur Verbesserung des Geschmacks Milch zu, was aber für Fieberkranke nicht taugt.

f) Gerstengraupensuppe. Man nehme eine Hand voll Gerstengraupen und lasse sie mit ein wenig Butter ziemlich dick einkochen, hierauf setze man noch ein Stück Butter und Fleischbrühe, so viel man will, zu, ziehe es mit einem Eidotter ab und thue ein wenig Salz und Citronensaft hinzu.

4) Hirsenspeisen. (Die von Sergo, Buchwaizen, Schwaden kommen ganz damit überein.)

Hirsentrank von Geoffroy. Man nehme Hirsen, kleine Rosinen (Corinthen) und Feigen, von jedem ein Loth, koche es eine Stunde lang mit einem Quart Wasser und seihe es durch.

5) Sagospeisen.

a) Sago in Milch gekocht nach Menzzer. Man nehme ein Viertelpfund Sago, und wasche ihn in einem Haarsieb mit warmem Wasser einige Male fleißig ab, thue ihn dann in einen flachen irdenen Topf, und setze ihn darauf mit kaltem Wasser hinlänglich bedeckt, aufs Feuer. Alsdann thue eine kleine Wallnuß groß Butter und wenig feine gelbe Citronenschaale daran, und lasse ihn unter stetem Umrühren zu einem mäßig dicken Brei allmählig einkochen. Ist die Arbeit so weit fertig, so schütte so viel frisch gekochte, noch heiße Milch hinzu, daß das Gemische dadurch sämig wird, versüße es hierauf hinlänglich mit Zucker, lasse es unter Umrühren noch ein Mal wieder aufwallen und richte es an.

b) Menzzers Wein-Sagosuppe. Sie soll nach vorheriger Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden, und ich setze noch hinzu, ist nur in geringen Quantitäten dem Kranken zu reichen. Man nehme eine hinreichende Menge weichgekochten guten weißen Sago, und vermische ihn mit rothem oder weißem Wein und süße sie gehörig, laß hierauf das Ganze unter Umrühren noch ein Mal aufwallen.

6) Salepspeisen. (Die **Tapioka** und die **Arrowroot** ebenso, nur daß man die sechsfache Quantität nimmt, also statt einem Quintchen Salep anderthalb Loth **Tapioka** oder **Arrowroot**.)

a) Menzzers Saleptrank. Ein Quintchen Salepulver mische man unter immerwährendem Rühren über dem Feuer allgemach mit sechszehn Loth Wasser, bis ein schleimiger Absud daraus wird. Nach Befinden der Umstände kann man Fleischbrühe, Milch, Himbeersaft u. s. w. zusetzen und tassenweise täglich verbrauchen lassen. Es ist ungemein nahrhaft und zuträglich für Geschwächte.

b) Menzzers Salepsuppe. Man nehme zwei Theelöffel voll reine pulverisirte Salep, bringe sie in einen mäßig hohen Topf, und rühre sie mit kaltem Wasser zu einem Brei auseinander. Dann schütte unter stetem Umrühren über einem mäßig starken Kohlenfeuer allmählig so viel kochendes Wasser hinzu, daß das Ganze anfänglich mehr dünn als dick wird. Ist dieses geschehen, so wirf etwas frische Citronenschaale, ein klein wenig Zimmt und so viel pulverisirten Zucker daran, daß das Gemische angenehm süß schmeckt, und lasse es darauf unter beständigem Umrühren so lange kochen, bis dasselbe aufgequollen und ein mäßig dicker Brei geworden ist. Alsdann nimm die Citronenschaale und den Zimmt heraus, thue so viel guten weißen Franzwein hinzu, bis das Gemische säumig ist und angenehm süß-säuerlich schmeckt, lasse es darauf noch ein Mal aufwallen und gieb es deinem schwachen Kranken zu essen. (Könnte auch ohne Zimmt bereitet werden.)

7) Isländische Moosspeisen.

a) Moosgelée wird gewonnen, wenn man zwei Loth des geschnittenen und vorher mit kaltem Wasser abgewaschenen Mooses mit zwei Schoppen Wasser auf die Hälfte einkocht, den Absud noch heiß durch ein Tuch preßt, und dann

an einem kühlen Ort zu Gallerte gerinnen läßt. Es ist ungemein nährend und leicht verdaulich, kann daher für sehr Geschwächte nicht genug empfohlen werden. Um ihm einen angenehmen Geschmack zu geben, vermische man es mit Fruchtgelée, und gebe es theelöffelweise stündlich. Das irländische Moos wird ganz auf ähnliche Art behandelt.

b) Mooschocolade. Man bekommt sie jetzt in allen guten Apotheken. Auch sie hat große Vorzüge als Nahrungsmittel für Geschwächte, nur darf sie bei sehr schlechtem Magen und gastrischen Unreinigkeiten, sowie großer Neigung zu Verstopfungen, nicht angewendet werden. Vergleiche damit, was am Schlusse des 18. Capitels über denselben Gegenstand gesagt wird.

Capitel 17.

Speisen von starknährenden Knollen- und Wurzel-Gewächsen.

1) Erdäpfel- oder Kartoffelspeisen. Sie sind zwar eine gute und nahrhafte Kost, dürfen aber Kranken und Genesenden nur nach vorheriger Besprechung mit dem Arzt gereicht werden. Sie passen nicht bei allen verschleimten, verstopften und vollblütigen Personen; so wie auch ihr Genuß des Abends verboten werden muß.

a) Kartoffelbrei. Man nehme eine beliebige Menge gehöriger reifer und auf einem mehr trockenen, sandigen Boden gewachsener Kartoffeln, (die auf trockenem Boden sind mehliger, schlittigwerdende im Kochen sind höchst schädlich für Kranke;) schäle und wasche sie rein ab, setze sie dann mit kaltem Wasser auf und lasse das Ganze ins Kochen kommen; hierauf setze etwas Salz und Butter zu, und zerrühre unter immerwährendem Kochen Alles zu einem Brei, welchen man dann mit etwas Fleischbrühe anrichtet.

b) Mit Bouillon gekochte Erdäpfel. (Nach Menzzer.) Man lasse sich einen etwa zwölf Zoll hohen und acht Zoll weiten Topf von englischem Eisenblech verfertigen, welcher, nebst einem mit einem festen Handgriff versehenen Deckel, in der Mitte eine bewegliche, von verzinntem Blech

verfertigte runde Scheidewand hat, worin sich wie bei einem Durchschlag fingerdicke Löcher befinden. Diese gelöcherte Scheibe muß, um mich noch deutlicher auszudrücken, so eingerichtet sein, daß sie vermöge eines in der Mitte des Topfes angebrachten rund umher befestigten blechernen Randes, auf den Boden des Topfes nicht herabfallen, wohl aber mit leichter Mühe nach Gefallen herausgehoben werden kann. Hast du so deinen Topf verfertigen lassen und in Bereitschaft, so schütte mit Salz vermischt so viel kochendes Wasser hinein, daß das Wasser gerade bis unter die gelöcherte Scheibe reicht, thue alsdann eine hinreichende Menge wohl gewaschene holländische Wachskartoffeln (Lerchenerdäpfel) auf die Scheibe, decke den Kessel fest zu, und lasse sie in ihrem Dunstbad gar kochen. Ist die Arbeit so weit fertig, so nimm die Kartoffeln heraus, und lasse sie dann entweder so deinen Kranken verzehren, oder appretire sie noch zuvor auf folgende Weise: man nehme auf zwei Pfund gekochte Kartoffeln etwa ¼ Pfund Butter, und lasse sie in einem Tiegel zergehen, thue hinreichendes Salz, eine kleine feinzerhackte Zwiebel, reichlich feinzerschnittene Petersilie und so viel klare Rindfleischbouillon hinzu, daß die Masse, zerrührt mit einem Drittheil von den Kartoffeln, einen nicht zu dicken Brei gibt. Ist dieses geschehen, so gieb den übrigen Rest der Kartoffeln hinzu, lasse das Ganze noch ein Mal durchkochen und richte es an.

c) Kartoffelklöse mit Sauce. (Nach Menzzer.) Sie sind ein vorzüglich schmackhaftes Essen für Genesende, welche schon stärkere Verdauungskräfte wieder erlangt haben, was Menzzer mit Recht für dergleichen Personen empfohlen hat.

Man nehme ein Viertelmäschen (oder Viertelmetze) holländische Wachskartoffeln (Lerchenerdäpfel), koche sie auf die vorherbeschriebene Weise und zerreibe sie noch heiß auf einer Reibe in eine gefällige Schüssel, thue fünf oder sechs Eidotter, ein Viertelpfund Butter, hinlänglich Salz, eine feingehackte Zwiebel, etwas zerriebenen Thymian, von zwei bis drei alten Semmeln die feingeriebene Krume hinzu und knete dann alles zu einer dicken konsistenten Breimasse wohl durcheinander. Ist die Arbeit so weit fertig, so formire daraus etwa zwei bis drei Zoll haltende runde Klöse, thue sie in einen hinlänglich weiten Kessel mit siedendem Wasser und lasse sie darin gar kochen. Unter dieser Zeit präparire

folgende einfache, aber wohlschmeckende und passende Sauce dazu.

Nimm nämlich etwa ein Achtelpfund Butter und einen Eßlöffel Spelzmehl, thue beides in einen kleinen flachen irdenen Topf (Hafen) und röste es über Feuer schön hellbraun. Alsdann thue etwas Salz, eine zerhackte kleine Zwiebel, einige Lorbeerblätter, ein Stückchen Zucker und so viel starke klare Bouillon und guten Weinessig hinzu, daß das Gemische unter einem gelinden Kochen und fleißigen Umrühren allmählig nicht nur sämig werde, sondern auch weder zu süß, zu salzig noch zu sauer schmecke; alsdann treibe sie durch einen Durchschlag und richte sie mit den Klösen an.

4) Unterirdische Artischocke-, Bataten-, Zuckerwurzeln-, Süßwurzeln-Speisen. Die Beschaffenheit dieser vier Wurzelgewächse sehe der geneigte Leser im ersten Theil. Die Zubereitung geschieht bei allen auf gleiche Weise.

a) Mus oder Suppe von diesen Wurzeln erhält man, wenn sie wie die Rettige zu Scheiben geschnitten werden, man sie hierauf mit Milch, oder noch besser, in kräftiger Hühnerbrühe zerkocht, durch ein härnes Tuch drückt, und mit einigen Eidottern und etwas Zucker versetzt. Soll es Suppe werden, so muß man noch etwas Brühe nachschütten.

b) Wurzelgemüse; man koche es wie für Gesunde, nur mit Hinweglassung von den Gewürzen.

c) In Zucker eingemachte Wurzeln sind besonders empfehlungswürdig für sehr geschwächte Personen, nur müssen sie in kleinen Quantitäten gegeben werden. Auch da sind sie sehr dienlich, wo die Fleischspeisen verboten wurden.

5) Möhrenspeisen.

a) Möhrengemüse. (Nach Menzzer.) Man nehme junge Möhren, schabe und wasche sie, thue dann in ein etwas flaches irdenes Geschirr auf zwei Pfund Möhren ein Viertelpfund gute Butter, lasse sie mit einigen Theelöffeln Mehl bräunen, zerrühre sie mit einem hölzernen Löffel mit so viel klarer Fleischbrühe, als eine sämige Sauce bedarf, und thue etwas Salz und ein gutes Stück Butter daran. Rühre die Masse gehörig durcheinander, schütte die Wurzeln daran, schwenke sie oft um, lasse sie auf einem gelinden

Kohlfeuer langsam gahr kochen, thue zuletzt reichlich fein zerhackte zarte Schnittpetersilie dazu und richte sie an.

Ebenso werden Petersilienwurzeln und Blumenkohl zubereitet, nur daß die Petersilienwurzeln länger kochen müssen, und der Blumenkohl statt der gehackten Petersilie mit etwas gerösteter und zerstoßener Semmel oder Zwieback angerichtet wird.

Die sogenannten gefüllten Möhren taugen nicht für kranke Mägen.

b) Möhrenpudding. Für Kranke ist er nicht; jedoch die schon weiter in der Genesung vorgerückt sind, können davon eine ganz geringe Quantität genießen, ohne Nachtheile zu befürchten. Man nehme junge gelbe Möhren, welche zwar geschabt, aber nicht ins Wasser gelegt wurden, reibe sie auf einem Reibeisen, und rühre sie in einem Casserol über dem Feuer trocken ab. Hierauf schlage man fünf Eidotter daran, und fahre mit dem Umrühren so lange fort, bis sich alles wohlgemischt hat, nehme die Masse jetzt vom Feuer ab und bringe sie in einen Reibasch, wo alles noch ein Mal durcheinander gerührt, mit etwas zergangener Butter und zehen Eidottern gemischt wird. Alsdann nehme man noch zehn Dotter, etwas eingeweichte und wieder ausgedrückte Semmel, drei Viertelpfund geriebenen Zucker, und rühre alles eine Viertelstunde wohl durcheinander, backe die Masse wie eine Torte, und richte sie an.

c) Möhrensaft. Dieses herrliche Mittel um den Reiz und die Schmerzen beim Husten zu lindern, erhält man, wenn man die gewaschenen und geschabten jungen Mohrrüben in Wasser gehörig weich gekocht und dann das Wasser abgegossen wird; hierauf werden die Möhren durch ein Tuch gepreßt und der erhaltene Saft bis zur Syrupsdicke eingekocht. Er hält sich an einem kühlen Ort mehrere Jahre ohne zu gähren. Auch der frisch gepreßte Saft hat die oben angegebene Eigenschaft.

6) Rothe Rübenspeisen.

a) Salat von rothen Rüben macht man, indem die Rüben scheibenweise zerschnitten und mit Essig und kleingeschnittenem Meerrettig eingemacht werden.

b) Eingemachte rothe Rüben. (Nach Menzzer.) Man nehme eine beliebige Menge gute dunkelrothe Rüben, wasche sie recht sauber, koche sie in einem Kessel gahr, lasse sie auf einem Durchschlag erkalten, schäle sie, schneide sie

in gefällige nicht zu dünne Scheiben, und lege sie vorsichtig, damit sie nicht zerbrechen, in einen Steintopf. Alsdann nimm im Verhältniß zu den Rüben eine oder zwei Stangen jungen frischen Meerrettig, reinige und wasche ihn sorgfältig, schneide ihn in sehr kleine Würfel, und thue sie, nebst etwa einer Hand voll gut gereinigten Kümmel und hinreichenden, kalten, eingekochten, aber gehörig starken Weinessig über die Rüben, rüttle den Topf mit dem Gemische ein wenig, binde ihn oben mit starkem Zuckerpapier und Bindfaden zu, und setze ihn an einen kühlen Ort.

c) Auf andere Weise eingemachte rothe Rüben erhält man, wenn die Rüben, wie sie sind, in einen Topf gethan und so lange in den Backofen gestellt werden, bis auch das Brod fertig ist. Alsdann schabt man die Haut ab, schneidet sie in Scheiben, nimmt Meerrettig in Würfel geschnitten, Coriandersamen, Anissamen und Kümmel zu gleichen Theilen, legt eine Reihe Scheiben von den Rüben in den Topf und darauf einen Theil vom Gewürz, und sofort bis der Topf beinahe voll ist, alsdann gießt man guten Weinessig darüber, daß er einen Zoll hoch über die Rüben steht, und verbindet den Topf.

Die rothen Rüben mäßig genossen, eröffnen den Leib, machen Appetit und entfernen den Schleim auf der Brust.

7) Mangoldwurzelspeisen. Die jungen Wurzelschossen, wenig gekocht und mit Essig genossen, sind ein sehr angenehmes, kühlendes und durstlöschendes Gemüse.

8) Zuckerrohrspeisen. Wir kennen in unseren kälteren Climaten nur das schon zubereitete Produkt der Zuckerrohrpflanze, den Zucker. Er wird entweder allein genossen oder zum Versüßen und Würzen anderer Speisen gebraucht. Zum Rohessen ist Kranken nur der bestgereinigte oder Zuckerkandis anzuempfehlen, und auch dieser bringt bei allzuhäufigem Genuß eine Schärfe und Verschleimung der Säfte zu wege, deßhalb er vorzüglich Kindern nicht erlaubt werde. Man hat zwar behauptet, der Genuß des rohen Zuckers schade nicht, und sich dabei auf die südlichen Bewohner Europas berufen, welche ihn in großen Massen verzehren; allein man beobachtet dort auch weit häufiger jene lang-

wierigen Magenübel, die Grundlage zu einer Menge anderer Krankheiten.

Der Rosen-, Citronen-, Veilchen- und Orangenblüten-Zucker kann ohne Nachtheil zur Würze von Speisen in der Krankenküche benützt werden. Der Ahornzucker, so wie der von Runkelrüben, hat gleiche Eigenschaften wie der Rohrzucker. Der Honig kann gleichfalls als Versüßungsmittel gebraucht werden. Der frische Honig ist von angenehmem Geschmack, im Frühjahr geschnitten, von süßem, etwas scharfem aromatischem Geschmack, klarer, lauterer, durchsichtiger Farbe und nicht allzuflüssig; auf Semmel gestrichen ist er Genesenden zum Frühstück mit Recht anzuempfehlen. Der Sauerhonig, Oxymel, der erhalten wird, wenn man ein Pfund gut geschäumten Honig und ein halbes Pfund vom besten Weinessig über schwachem Feuer unter beständigem Umrühren ganz gelind aufwallen läßt, bis sich der Honig ganz genau mit dem Essig vermischt hat. Er ist ein vorzügliches schweiß-, urintreibendes und schleimzertheilendes Mittel, was man eßlöffelweise mit oder ohne Wasser nimmt.

9) Feigen- und Dattelspeisen. Was diese beiden Fruchtarten im frischen Zustand als Obst zum Gebrauch in der Krankenküche anbetrifft, ist bereits im ersten Theil angedeutet worden. Getrocknet können die Feigen bei der eröffnenden Suppe für fieberfreie Kranke angewendet werden, indem sie einen weichen Stuhl machen, ohne zu purgiren.

Gedämpfte Datteln sind ein vorzüglich wohlschmeckendes Gericht für Genesende, nur muß man im Genuß dieser Speise recht mäßig sein. Von den Datteln wird die äußere Haut und der Kern entfernt, alsdann läßt man sie mit wenig Butter und etwas Wein dämpfen, wobei zuletzt noch etwas Zucker und Citronenschaale zugesetzt wird.

Capitel 18.

Speisen von weniger nährenden Pflanzenstoffen.

A. Hülsenfrüchte.

1) Schoten- oder Erbsenspeisen.

a) Suppe von grünen Erbsen. (Nach Menzzer.) Man nehme ungefähr ein Pfund ausgehülste junge Gartenerbsen, thue sie in einen irdenen Suppentopf, und gieße so viel kochendes Wasser darüber, daß die Erbsen damit hinlänglich bedeckt sind. Alsdann thue gleichfalls ein halbes Viertelpfund gute Butter, nach Umständen etwas Salz und ein Paar Semmelscheiben dazu, lasse das Gemisch unter öfterem Umrühren mäßig dick einkochen. Ist die Arbeit so weit fertig, so treibe die Masse durch einen Durchschlag in einen andern irdenen Topf und versuche, ob sie hinlänglich genug Salz hat. Sollte sie zu dick sein, so schütte noch etwas kochendes Wasser daran, lasse sie noch ein Mal aufwallen und richte sie mit gehackter Petersilie und einigen Scheiben geröſteter Semmel an.

b) Erbsengemüse mit jungen Tauben. Menzzer hat dieses vorzügliche Krankenessen zuerst am besten angegeben. Man nehme zwei junge Tauben; nachdem man ihnen die Köpfe abgeschnitten, sie gerupft und gewaschen hat, so werden sie **en Fricassée** in gefällige Stücke zerschnitten, sammt der Leber, dem Magen und Herz wohlbedeckt mit kochendem Wasser in einem irdenen Topf zugesetzt und vorsichtig abgeschäumt. Ist dieses geschehen, so gieße den größten Theil des Wassers davon weg und thue ein Paar Hände voll ausgehülste junge Erbsen, eine in achteckige Stücke zerschnittene Staude Kopfsalat, einige zarte junge Wurzeln, gute junge Spargelschossen, vier Loth guter Butter, ein wenig Salz, etwas Zucker und Citronenschaale, hinlänglich feingestoßenen Zwieback oder geröstete Semmel dazu, lasse das Ganze auf einem gelinden Kohlenfeuer gehörig gahr kochen, und richte es an. — Auch Blumenkohl ist so zuzurichten.

c) Ein anderes Erbsengemüse. Man nehme einige Pfund grüner junger Erbsenschoten, hülse sie aus, thue sie in einen etwas weiten irdenen Topf, auf zwei Pfund gehülste Erbsen ein Viertelpfund gute Butter, ein wenig Salz, ein Stückchen Zucker, etwas geröstete oder

gepulverte Semmel und so viel kochendes Wasser hinzu, daß alles damit bedeckt ist; hierauf läßt man es gahr kochen. Umrühren darf man sie, damit kein Brei werde, nicht, wohl aber zuweilen etwas schwenken. Ungefähr eine Viertelstunde vor dem Anrichten kann man einige abgekochte Kalbsschwänze und etwas gehackte Petersilie mitkochen lassen und so serviren.

2) Linsenspeisen. Die Linsen müssen jederzeit, wenn man sie für Kranke gebrauchen will, nach dem Kochen ihrer Hülsen beraubt werden, und mehr suppen- als breiartig gekocht werden.

a) Linsensuppe. Man nehme nicht zu alte oder harte, vielmehr schön licht und hell von Farbe nicht röthlich aussehende Linsen, lese sie rein von allem Unrath, koche sie fast weich, wobei man das erste heiße Wasser ab- und frisches zugießt, setze nun eine nach Umständen größere oder geringere Quantität Fleischbrühe und etwas guten Weinessig zu, und läßt sie vollends weich kochen. Hierauf gießt man die Brühe in ein anderes Geschirr, und schlägt die Linsen durch einen Durchschlag ebenfalls hinein, so daß es eine sehr mäßig dicke Suppe gibt.

Die an Verstopfung Leidenden und die mit dickem Blut sollen davon nur selten genießen.

3) Bohnengemüse. In diätetischer Hinsicht stehen sie mit dem Linsengemüse gleich.

a) Gekochte junge Garten- oder Veitsbohnen. Man nehme eine gehörige Menge junger Gartenbohnen, die noch ohne Kerne sind, zieht auf beiden Seiten die Fasern ab, schneidet sie klein, wie man die Gurken schneidet, kocht sie im Wasser ab, gießt dieses davon, thut hierauf eine hinreichende Menge nicht allzustarker Fleischbrühe, etwas Butter, Salz, Pfeffer- und Petersilienkraut dazu, und läßt alles vollends gahr kochen. Will man sie säuerlich, so quirle drei Dotter mit etwas Weinessig ab, dann wird etwas Butter und Brühe von den Bohnen ebenfalls dazu gequirlt und gießt es dann unter beständigem Umrühren ebenfalls zu den Bohnen.

b) Bohnensalat oder eingelegte Bohnen. Hierzu nimmt man junge Bohnen ohne Kerne, zieht die Fasern ab, legt sie in siedendes Wasser bis sie eine grüne

Farbe bekommen, trocknet sie hierauf ab und legt sie dann schichtenweise mit Dill, Fenchel, Pfefferkraut, geschnittenem rohem Meerrettig und Kalmuswurzel, bis es voll ist, dann wird es zugeschlagen und oben zum Zapfenloch guter Weinessig eingefüllt. — Das Fäßchen muß alle Tage umgestürzt werden. Man gibt sie mit Oel als Salat, wo es der Arzt erlaubt.

c) Eingemachte Bohnen. (Nach Menzzer.) Man nehme, bevor die Kerne in den Bohnen sind, eine hinlängliche Menge Schwertbohnen, ziehe ihnen die Fasern ab und schneide sie klein. Hierauf durchreibt man sie in einer großen Schüssel solange mit Kochsalz, bis sie anfangen zu schäumen und Soole zu ziehen. Man muß das Salz nicht sparen. Dann preßt man sie in einen starken steingutenen Topf fest hinein, gießt etwas von dem abgeflossenen Salzwasser darüber, legt einen in grobe Leinwand gewickelten hölzernen Deckel darauf mit einem reinlichen Stein beschwert und setzt den Topf an einen kühlen Ort in den Keller, wo jedoch auch der Frost nicht zukommen kann. Will man von diesen Bohnen benützen, so nimmt man die zunächst obenaufliegenden, und wirft sie weg, dann von den nächstfolgenden so viel, als für das Gericht nöthig ist. Diese drückt man gehörig aus und läßt sie in siedendem Wasser weich kochen. Alsdann läßt man das Wasser durch ein Sieb ablaufen, schüttet die Bohnen in einen Eimer mit kaltem Wasser, nimmt sie, wenn sie hinlänglich abgekühlt sind, heraus, drückt sie mit den Händen stark aus, und setzt sie einstweilen bei Seite. Dann nimmt man einen etwas flachen irdenen Topf oder Hafen, thut, auf zwei Pfund Bohnen gerechnet, ungefähr ein Viertel- bis halbes Pfund gute Butter hinein, und läßt sie über dem Feuer zergehen. Ist dieses geschehen, so schüttet man einen guten Theelöffel Mehl, eine feinzerhackte kleine Küchenzwiebel, einige schwarze Pfefferkörner, etwas Salz und soviel von starker eingekochter guter Bouillon hinzu, daß die Brühe weder zu dünn noch zu dick wird. Nächstdem mische deine Bohnen dazu, lasse sie unter öfterem Umrühren noch ein halbes Stündchen kochen, und gieb sie mit gutem Rindfleisch zur Tafel.

B. Wurzelgemüse.

1) Pastinakgemüse.

a) Gekochte Pastinakwurzeln. Man schneide die Wurzeln wie Rettigscheiben, nachdem sie geschabt worden,

und koche sie in Hühner- oder Capaunenbrühe weich, thue noch etwas Brühe, einige Eidotter und etwas Zucker dazu, und richte sie als Gemüse an zum Fleisch.

b) Man kann die Pastinakwurzeln als Compôt mit Wein und Zucker einmachen und zum Braten geben. Nur müssen für Kranke wie für Genesende dann die Gewürze wegbleiben.

2) Selleriegemüse.

a) Gekochter Sellerie. Man wasche den Sellerie, schneide ihn in Scheiben und läßt ihn wie Pastinakwurzel-Gemüse kochen.

b) Eröffnendes Wurzelgemüs. Man nehme Sellerie-, Pastinak-, Spargel-, Fenchel-, Cichorien- und Petersilienwurzel von jedem ein Loth, koche sie mit einem Quart Capaunen- oder Hühnerbrühe, und thue zuletzt einige Eßlöffel Pomeranzensaft dazu.

c) Selleriesalat. Man wäscht und zerschneidet ihn in Scheiben und läßt ihn eine halbe Stunde in heißem Wasser liegen, hierauf wird er herausgenommen und mit Essig und Oel zum Salat hergerichtet. Man vergleiche damit, was bei dem Artikel „Gewürze“ über die beste Art und Weise Salat zuzurichten, gesagt werden wird.

3) Haberwurzel oder Scorzonere und Endivienwurzel können auf gleiche Weise zubereitet werden.

4) Rübengemüse.

a) Gekochte weiße Rüben. Die weißen Rüben werden gewaschen und geschält, in Stücke geschnitten und mit einigen Pfunden Hammelfleisch, mit etwas ganzem Kümmel, etwas Salz und einem Stückchen Zucker auf die gewöhnliche Weise gekocht. Sie sind für Genesende eine gesunde, wohlschmeckende Speise; nur haben manche Personen eine gewisse Abneigung gegen deren Geschmack.

b) Steck-, auch Märksche oder baierische Rüben als Gemüse sind ein allbeliebtes und gesundes Essen; zwar hat man ihnen Schuld gegeben, sie erregten leicht Verstopfung, allein dieß mag wohl eines Theiles mehr an der fehlerhaften Zubereitung und an den dazu häufig gegebenen schwerverdaulichen Fleischspeisen liegen; denn wenn die frischen Steckrüben fein geschält und hinlänglich gesalzt rasch gekocht werden, man hierauf das Wasser abgießt, indessen eine sämige Brühe von ungefähr einem Viertelpfund

Butter, zwei Loth gestoßenem Zucker, einem Theelöffel Mehl und heißer Bouillon, so viel als dazu nöthig, gemacht hat, und die Steckrüben darin dämpfen läßt, ist dieß nicht der Fall.

c) Kohlrabigemüse wird auf die gewöhnliche Art auch für Kranke und Genesende gekocht, nur müssen die Gewürze weggelassen werden.

C. Speisen von Kürbisfrüchten.

1) Die Kürbise selbst sind nicht geeignet für Krankenspeisen, wegen ihrer schweren Verdaulichkeit und blähenden Eigenschaften.

2) Die Gurken.

a) Gekochte oder gedämpfte frische Gurken. Man nehme eine beliebige Menge junger Gurken, schäle und schneide sie der Länge oder Queere nach in Streifen, bestreue sie mit Salz und setze sie in einer Schüssel bei Seite. Indessen zerlasse man ungefähr drei Loth Butter in einem Tiegel, und bräune darin einen halben Eßlöffel voll gutes Mehl, gieße dazu ein wenig Wasser, das so eben gekocht hat, und würze es mit etwas Zucker und Burgunder oder Himbeeressig angenehm süßsäuerlich; darin müssen nun die leicht ausgedrückten Gurken weich dünsten.

b) Gurkensalat. Er darf nur mit besonderer Erlaubniß des Arztes gegeben werden, nicht von ausgepreßten Gurken, und muß mit Esdragonessig, zerschnittener Petersilie und recht vorzüglichem Oel bereitet sein.

c) Eingelegte saure Gurken sind schon wegen der dabei verbrauchten scharfen Gewürze kein Essen für Kranke oder Genesende.

d) Melone. Auch diese Frucht, welche man meistentheils roh genießt, kann nur nach spezieller Erlaubniß des Arztes den Genesenden gestattet werden. Uebrigens soll man sie auch dann in sehr geringer Quantität vor der Mahlzeit genießen, nicht etwa Bier oder Wasser darauf trinken, eher ein Glas guten Wein.

D. Speisen von öligen Früchten.

Mandeln, Castanien, Wallnuß, Haselnuß, Pinie, Pistacie, Wassernuß, Buchecker, süße Eichel, können in diätetisch-medicinischer Hinsicht großen Nutzen stiften, wo an-

haltende Durchfälle, gesunkene Kräfte, von ihrem Schleim entblößte Därme vorhanden sind, da diese Früchte nahrhaft, stopfend und durch ihre öligen Theile geschickt sind, für den verlorenen Schleim Ersatz zu bieten. Für die eigentliche Küche werden von ihnen nur die Mandeln und Castanien benützt.

1) Mandelspeisen.

a) Mandelbrei erhält man auf folgende Weise: Nimm ein Viertelpfund süße Mandeln, siede und ziehe sie ab, zerstampfe sie in einem Mörser von Stein mit etwas Rosen= oder Orangeblütwasser zu einem feinen Brei. Hierauf schütte ein Nössel (Seidel oder Quart) frischen süßen Milchrahm, etwas gestoßenen Zucker, nur ganz wenig Zimmt dazu, und lasse es in einem Topf oder Hafen zu einem mäßig dicken Brei kochen.

b) Mandelmus mit Eiern. Man nehme zwei Eier, koche sie hart, löse die äußere Schaale und Haut davon, werfe sie in einen steinernen Mörser und schütte so viel abgehülste Mandeln dazu, als die Eier wiegen. Man zermalme alles mit ein wenig Orangblüt= oder Rosenwasser und Zucker zu einem Mus.

2) Cacao. Da man jetzt allgemein fertig die schon zubereitete Gesundheits=Chocolade findet, so wäre es Ueberfluß, hier ihre Bereitungsart anzugeben. Für Kranke und Genesende kann nur die ungewürzte Chocolade (sogenannte Gesundheitschocolade) dienen, welche nach den Vorschlägen des Arztes bald mit Gerste, Islandmoos, u. s. w. versetzt wird.

Chocolade. Auf drei Tassen Chocolade nehme man vier Loth Masse und zerreibe sie fein auf einem Reibeisen. Hierauf mache man vier Tassen Wasser siedend und schütte die Chocolade dazu; wenn es verlangt wird, kann man statt des Wassers Milch nehmen, und rühre es, vom Feuer abgerückt, fleißig um, setzt sie wieder an das Feuer bis es anfängt zu steigen, und so einige Mal. Dann ist die Chocolade fertig und kann verabreicht werden. Nicht zu loben ist es, der so bereiteten Chocolade auch noch einige Eidotter beizumischen, wie einige thun, wodurch sie allzu stopfend und schwer verdaulich wird.

4) Olivenspeisen. Sie sind für Kranke und Genesende nicht passend.

Capitel 19.

Speisen von schwachnährenden Kräutern.

A. Süße Kräuter.

1) Spargel. Man verzehrt ihn entweder gekocht mit Sauce (für unsern Zweck dann ohne Gewürz), oder als Salat.

2) Kohlgemüse.

a) Wirsingkohl oder Savoyerkohl, nach Menzzers Vorschrift, soll man also zubereiten: Man nehme einige Köpfe guten festen Wirsing, blättere die schadhaften Blätter ab, schneide ihn in vier oder sechs gefällige Stücke, löse die groben Adern heraus, reinige und wasche ihn auf das sorgfältigste von Schmutz und Gewürm, drücke ihn aus und lasse ihn in einem sogenannten Stulpkessel mit hinlänglichem Salz weich kochen. Das Wasser läßt man alsdann ablaufen, und drückt auch den Kohl noch etwas aus. Hierauf lasse man in ein weites irdenes Gefäß, Caserol, sechs bis acht Loth frische Butter (auf zwei mäßige Kohlköpfe gerechnet) über dem Feuer zergehen, schütte an den Kohl eine hinreichende Menge starker Bouillon hinzu und läßt es einkochen, wobei jedoch bemerkt werden muß, daß man den Kohl im Caserol öfter schwenke, aber nicht umrühre.

b) Rother saurer Kohl. (Nach Menzzer.) Nimm zwei oder drei Köpfe rothen Kohl, reinige ihn und schneide das Herz und die Adern weg, schneide ihn hierauf wie Kraut in lange dünne Streifen, knete diese mit Kümmel und Salz, bis er anfängt Wasser zu ziehen. Hierauf nehme man, auf zwei mäßige Kohlköpfe, zwölf Loth gute Butter, thue sie in ein Caserol, und schütte, wenn sie zergangen ist, den vorher noch etwas ausgedrückten Kohl hinzu, etwas gepülverten Zucker, noch einige Körner Salz und so viel Löffel guten Wein, daß der Kohl beim Einkochen hinlängliche Sauce behält; zu Ende läßt man ihn nochmals mit einigen Löffeln Weinessig und etwas gepulverten Zucker aufkochen.

c) **Kohlrabi** wird schmackhaft zubereitet für Kranke, wenn man die Köpfe davon schält, in dünne Scheiben schneidet, die jungen Blattsprößlinge daran läßt, sie dann wäscht, salzt und mit hinlänglichem heißem Wasser recht weich kochen läßt. Hierauf läßt man das Wasser ablaufen, thut in eine Caserole etwas gebräuntes Mehl, etwas Butter, hinlängliche gute Bouillon, und schütte den Kohlrabi zu und lasse ihn dämpfen.

d) **Blumenkohl.** Dieses so wohlschmeckende und für Kranke ganz vorzügliche Gemüs bereite man also: Nimm Blumenkohl, putze ihn zu, so daß alle harte Rinde entfernt wird, wirf ihn in kaltes Wasser, damit der rohe Geschmack weggehe, lasse ihn wohlgesalzen gahr kochen, schütte das Wasser weg, richte den Carviol in eine Caserole mit etwas geriebener Semmel, frischer Butter, und starker hinlänglicher Bouillon an und lasse ihn gehörig dämpfen.

3) **Artischokengemüs.** Für Kranke wird dieses zarte Gemüs ebenso wie der nun beschriebene Blumenkohl zubereitet.

4) **Spinat, Melde, Malve.** Als Gemüse können die drei so zugerichtet werden: Man nehme nur die jungen Pflanzen, lese und wasche sie; hierauf bringt man sie in kochendes, etwas gesalzenes Wasser, thut sie in einen Durchschlag und läßt das Wasser gehörig ablaufen, bräunt unterdessen in einer Caserolle etwas Butter, läßt darin das Gemüse mit oder ohne ein Quart Fleischbrühe oder Rahm dämpfen.

Sie sind bekanntlich (s. den ersten Theil) gelinde eröffnend.

B. Bittere Kräuter.

1) **Cichorie; Endivie; Löwenzahn; Rapunzel; Boretsch; Nessel; Bachbungen; Gartensalat; Körbel.** Sie werden einzeln selten als Gemüse gekocht, wohl aber als Beisatz mit andern grünen Gemüsen vermischt, und sind dazu, ihrer medicinischen Eigenschaften wegen (s. den ersten Theil), ganz vorzüglich. Außerdem

lassen sich daraus jene berühmten Krankensuppen bereiten, von denen die beiden großen Aerzte Boerhaave und F. Hoffmann so herrliche Wirkungen beobachteten. Dieser Grund allein ist wohl hinreichend, sie der Aufmerksamkeit der Aerzte zu empfehlen.

a) Kühlende und blutreinigende Kräutersuppe. Man nehme die jungen Blätter der unter 1 so eben genannten Pflanzen, außerdem Pfaffenröhrlein und Portulak von jedem zwölf, Sauerampfer sechs Loth; wasche sie mit warmem Wasser, lasse dieses ablaufen und presse dabei das Gemüse gelinde, und koche es dann mit dünner Fleischbrühe als Suppe, woran man noch eine Nuß groß Butter und etwas Salz thut.

b) Brühe von den eröffnenden Wurzeln und Kräutern. Nimm von obengenannten Kräutern, ferner von den Wurzeln des Gartenpastinaks, Spargels, Fenchels, Petersilie und Eichorie, von jedem ein Loth, putze und wasche alles recht rein, koche es mit zwei Quart Capaunen- oder Hühnerbrühe, thue ein bis zwei Eßlöffel voll Pomeranzensaft hinzu, und lasse deinen Kranken davon nach Verordnung des Arztes trinken.

Man kann übrigens bald diese oder jene Kräuter weglassen, wenn es entweder der Arzt wünscht oder der Kranke eine besondere Abneigung dagegen hätte.

2) Flieder oder Hollunder. Die im Monat März hervorkommenden jungen Sprossen werden unter dem Spinat gekocht; sie führen gelinde ab, und wirken auf den Schweiß. Eine ganz vorzügliche Suppe für Kranke und Gesunde gibt der Saft der reifen ausgepreßten Beeren.

3) Hopfen. Die jungen Sprossen werden bekanntlich als Salat verspeist, und können Genesenden mit Einwilligung des Arztes in kleinen Quantitäten wohl erlaubt werden.

Capitel 20.

Speisen von den verschiedenen Obstsorten.

Die Beschaffenheit des Obstes in Betreff der Nahrhaftigkeit, des Geschmacks und Zuträglichkeit für die Gesundheit, wurde im ersten Theil ausführlich geschildert; daher können wir uns jetzt mit der Zubereitung desselben in der Krankenküche allein beschäftigen. Unter allen Recepten zu diesem Zweck gefallen mir die von Menzzer angegebenen am besten, und ich theile sie daher mit. Sollte mein Buch noch eine Auflage erleben, so werde ich jeden mir bis dahin zugekommenen Beitrag aufnehmen; diejenigen, welche mir einen solchen geben können, seien hiemit freundlichst aufgefordert, dahin einschlagende Briefe der Verlagshandlung einzusenden.

1) Gekochte Zwetschgen oder Pflaumen. Nimm ein Viertel- oder halbes Pfund frische reife Pflaumen, Mirabellen oder Katharinenpflaumen, schäle sie, thue die Steine heraus, wirf sie dann in einen flachen irdenen Topf (Hafen), und lasse sie mit hinlänglich gutem weißem Franzwein, etwas Citronenschaale und ungefähr so viel wie eine große Haselnuß Butter ein halbes Stündchen kochen. Dann schütte nach Umständen etwas pulverisirten Zucker hinzu, und richte es für deinen Kranken an.

Auf gleiche Weise lassen sich auch Erdbeeren, Heidel-, Him-, Johannisbeeren, Pfirsiche, Aprikosen und Glaskirschen appretiren.

Oder: Nimm ein Viertel- oder halbes Pfund getrockneter Brunellen, wasche sie und setze sie dann mit hinlänglich kochendem Wasser in einem flachen irdenen Gefäß aufs Feuer, so daß die Pflaumen von dem Wasser etwa einen Finger hoch bedeckt sind. Alsdann thue Citronenschaale, auch ein klein wenig Butter hinzu, und lasse es eine Stunde dämpfen. Man richtet es mit einigen Löffeln Wein und klarem Zucker an.

Ebenso bereitet man auch zusammengesetzte Compôts von Pflaumen, trockenen süßen oder sauren Kirschen, getrockneten Borsdorfer Aepfeln und Hagebutten.

2) Gestabte Borsdorfer Aepfel. Nimm sechs bis acht Stück Borsdorfer oder sonst weinsäuerliche Aepfel (s. erster Theil), schneide sie in der Mitte durch, schäle sie und mache die Krone und Kernhäuser davon. Nimm nun eine Wallnuß groß Butter in einen etwas flachen Topf, lasse sie zergehen, schütte dann hinlänglich kochendes Wasser, etwas frische, in feine Striemen geschnittene Citronenschaalen, ein Loth abgeschälte und in Streifen geschnittene Mandeln, eine Hand voll gutgewäschene Corinthen, etwas Zucker und die Aepfel hinzu, lasse das Ganze auf gelindem Feuer einkochen; zuletzt lasse es noch mit einigen Eßlöffeln guten Weins aufkochen und richte die Aepfel recht appetitlich an.

Mit Hinweglassen von Mandeln und Corinthen bereitet man auch so saftige Birnen.

3) Maulbeeren-Compôt. Nimm ein Viertelpfund Zucker, ein Viertelquart rothen Wein, die Schaale einer frischen Orange, und koche es zu einem mäßig dicken Saft. Alsdann nehme man die Orangenschaalen heraus und schütte dafür ein Viertel- bis ein halbes Pfund schwarze Maulbeeren, von den Stielen behutsam abgepflückt, hinzu, lasse es noch ein Mal durchkochen und richte es an.

4) Marmelade von Aepfeln. Nimm zehn bis zwölf Stück Borsdorfer oder andere gute Aepfel, schäle sie, mache die Kronen und Kernhäuser heraus, schneide sie in Scheiben und setze sie dann mit etwas kochendem Wasser und wenig Citronenschaale aufs Feuer und lasse sie zu Brei kochen. Treibe die Masse durch einen Durchschlag und thue ein Viertel- oder ein halbes Pfund gepülverten Zucker, ein Paar Gläser guten rothen Wein hinzu, und lasse es zu Gallertdicke einkochen. Dann hebe die Marmelade in Gläsern mit Blase verbunden zum Gebrauch auf.

NB. Da die meisten Kranken allzuviel Süßes nicht lieben, so sei man mit dem Zusatz von Zucker vorsichtig.

5) Hagebuttenmarmelade. Nimm ungefähr ein halbes Pfund reife Gartenhagebutten, entferne die Stiele und Krone derselben, schneide sie dann in der Mitte durch und löse die Krone heraus. Alsdann thue sie in einen irdenen Topf und lasse sie bedeckt mit Wasser etwa 24 Stunden ruhig stehen, damit sie dadurch besser erweichen. Ist die Arbeit so weit fertig, so treibe dieselben mit Gewalt durch einen Durchschlag von Blech in eine Caserolle, thue ein Viertelpfund klaren Zucker und einige Gläser starken

Franzwein hinzu, und lasse hierauf die Masse zu einem steifen Brei allmälig einkochen.

Auf ähnliche Weise bereitet man Marmelade von Himbeeren, Aprikosen, sauren Kirschen.

6) Gekochte Johannisbeeren, Heidelbeeren, Kirschen, Pflaumen, Aprikosen, Pfirsichen, Aepfeln mit gesottenen Semmelscheiben oder sogenannten armen Rittern. Nimm ein oder zwei Scheiben von alten Semmeln, weiche sie in süße Milch, drücke sie dann zwischen einer Serviette sanft aus, damit sie nicht zerbrechen, thue hierauf in eine Pfanne etwas gute Butter, lasse sie zergehen, und wenn dieses geschehen, so thue die Semmelscheiben hinein und lasse sie auf beiden Seiten gelbbraun braten. Alsdann lege sie auf einen Teller, schütte von einem der obigen Compôte etwas darüber und servire es.

7) Geschmorte Apfelsinen. Man nehme zwei bis drei Apfelsinen, ritze sie, ohne die Schaale abzulösen, überall ein, koche sie bedeckt mit weißem Franzwein, etwas ganzem Zimmt und Zucker hinlänglich weich, nimm sie heraus, mache die äußere Schaale bis auf das eigentliche Fleisch davon, und reiche sie auf einem Teller.

8) Weinbeerencompôt. Nimm ein Pfund rothe, hinlänglich reife Weinbeeren, wasche sie vorsichtig in einem Durchschlag. Alsdann thue ein wenig Butter in einen flachen irdenen Topf, und wenn sie zergangen, so schütte die Beeren hinzu und lasse sie unter öfterem Umschwenken ein Viertel- oder Halbstündchen schmoren. Hierauf nimm ein halbes Quart oder Nessel Madeira und ein Viertelpfund klaren Zucker, und lasse es damit noch ein Mal aufwallen. Wird kalt servirt. Man kann auch die Masse, um Hülsen und Kerne zu entfernen, durch einen feinen Durchschlag treiben. Es wird theelöffelweise gereicht.

9) Himbeerengelée. Nimm zwei Pfund gute, reife Himbeeren, befreie sie von allen Maden und thue sie in einen hohen irdenen Topf (Hafen). Diesen deckt man mit einem wohlschließenden Deckel zu, bindet dann oben um den Rand des Topfes in Form eines Handgriffes ein leinenes Band, um den Topf leicht aufheben zu können, senkt hierauf bis zwei Drittel den Topf in einen Kessel kochendes Wasser. Man lasse die Beeren eine halbe Stunde rasch kochen, und wenn sie geplatzt sind, hebe man den Topf heraus, schütte alles in ein leinenes Tuch, und vermische

den schwach ausgepreßten Saft mit von Franzwein genetzten, nachher zur Syrupsdicke eingesottenen und wohlgeschäumten Kanarienzucker. Hierauf lasse das Ganze noch ein Mal aufwallen, schäume es vorsichtig und schütte es in Gläser oder Formen zum Erkalten.

Auf ähnliche Weise lassen sich andere Früchtegelées bereiten. Kirschen werden vorher in einem Mörser mit ihren Kernen zerstampft.

10) Agrest oder Verjus. Man presse aus Weintrauben, welche noch nicht ganz reif sind, den Saft, reinige und seihe ihn durch ein Haarsieb. Alsdann nehme man diesen gereinigten Saft, ungefähr zwei Pfund, und koche ihn mit einem Pfund feingepulverten Zucker zu einem dicken Saft ein, wobei man das gehörige Abschäumen nicht zu vergessen hat, und gebe ihn theelöffelweise in Selterserwasser. Es ist sehr kühlend und labend.

11) Eingemachte Senfbirnen. Man nehme 20 bis 30 Stück Pfund- oder Winterbirnen, lasse die Stiele daran und schneide die Kronen daraus, reinige sie mit Wasser und einer Serviette von allem Schmutz, und koche sie in einem Kessel nicht ganz völlig gahr. Nimm sie mit einer Schaumkelle heraus, lege sie auf ein leinenes Tuch einzeln zum Abkühlen. Ein Paar Stück läßt man zu Brei kochen, so daß eine sämige Sauce daraus wird, und zwar muß man so viel Brühe erhalten, daß die übrigen Birnen davon hinreichend bedeckt werden können. Die so zerkochten Birnen treibt man durch einen Durchschlag in einen andern Topf, der etwas flach ist, schüttet scharfen, mit Essig angemachten deutschen Senf dazu, läßt es noch ein Mal aufwallen und erkalten. Sind die Birnen vorsichtig in den Einmachtopf gelegt, so gießt man die Brühe darüber und verbindet den Topf mit Blase, setzt ihn in den Keller, und nach vier bis sechs Wochen sind die Birnen genießbar.

12) Bei den eingemachten Kirschen u. s. w., hat man die in allen Kochbüchern vorgeschriebenen Regeln zu beobachten, nur sollen wenig oder keine Gewürze dazu kommen.

13) Kaltschaale von Erdbeeren. Man nehme eine beliebige Menge völlig reifer Walderdbeeren, wasche sie in einem Sieb und schütte sie dann auf einen Suppenteller, streue Zucker darüber, gieße zwei Eßlöffel guten Weins darauf und reines Wasser nach des Kranken Belieben. Lasse es langsam essen.

14) Pfirsichkaltschaale. Nimm etwa 6 bis 8

Stück gute Pfirsischen, löse sie vom Stein und zerstoße sie in einem steinernen Mörser. Hierauf schütte sie in einen Hafen oder Topf, gieße ein halbes Quart Graves= oder andern guten Wein darüber, und eben so viel kochendes Wasser, etwas Citronenschaale, vier Loth klaren Zucker und etwas gestoßenen Zwieback oder geröstete Semmel hinzu, lasse es ein Mal aufkochen. Seihe die Masse durch und servire es überschlagen.

Auf die Weise, wie die Erdbeer= oder Pfirsichkaltschaale, läßt sich auch letztere von andern Früchten bereiten, z. B. Himbeeren, Kirschen u. s. w.

15) Aepfelbrei. Nimm etwa 6 Stück Borsdorfer Aepfel, schäle sie, nimm die Krone heraus und zerschneide sie dann in viereckige Stücke; alsdann thue sie in einen Hafen oder Topf, schütte kochendes Wasser darüber, und zwar ungefähr so viel, daß wenn du den Topf schief hältst, du das Wasser darin gewahr wirst. Dann wirf ein halbes Loth Butter und etwas Citronenschaale dazu, und lasse das Ganze unter Umrühren zu einem Brei kochen. Ist dieses geschehen, so schütte hinlänglich Zucker und ein Glas guten Wein daran, schlage es darnach durch einen Durchschlag auf einen Teller und servire es. Also werden auch Birnenbreie bereitet.

16) Quittengallerte. Nimm ein Pfund frisch ausgepreßten gereinigten Quittensaft, koche ihn unter beständigem Abschäumen dicklich, seihe ihn durch, thue zehn Loth alten Rheinwein und sechs Loth reinen Zucker dazu, und koche es bei gelindem Feuer zur Gallerte. Man gibt davon 4—5 Mal des Tages einen halben Eßlöffel voll.

Capitel 21.

Speisen von scharfen gewürzigen Gemüsen.

1) Der Meerrettig. Man bereitet ihn für Genesende am besten gerieben als Salat mit Essig und Oel, wo er darnach hinlängliche Schärfe besitzt, auf die Verdauung einzuwirken.

2) Kressen. Die Brunnenkresse kann man gleich dem

Spinat oder Körbel als Gemüse zum Fleisch geben; alsdann auch wie die übrigen Kressenarten als einen sehr gesunden Salat. Dasselbe gilt vom Löffel- und vom Salzkraut.

Capitel 22.

Ueber Würzen und Zuthaten zu den Speisen.

1) Himbeeressig. Nimm ein Pfund wohlgereinigter Himbeeren, ein Maas vom besten Weinessig, schütte alles in eine Flasche, verkorke sie, und lasse es in der Sonnen- oder gelinden Stubenwärme ausziehen. Wenn die Flüssigkeit schön roth und klar wird, so muß sie abgegossen und durchgeseihet werden.

2) Esdragonessig. Man nehme eine hinreichende Menge Esdragonblätter, wasche sie mit Essig ab, thut sie in eine Weinflasche, gießt vom besten Weinessig dazu und läßt es einige Wochen verkorkt im Kühlen stehen.

3) Eingemachte Champignons. Man nehme eine beliebige Menge dieser Pilze, reinige sie ohne Wasser vom Schmutz, Unrath und der äußern Rinde; stelle sie bei Seite. Hierauf koche in einem flachen irdenen Geschirr eine verhältnißmäßige Menge guten Weinessig, thue eine große geschälte Küchenzwiebel und so viel Salz hinzu, bis weder der Essig noch das Salz im Geschmack hervorsticht, und wenn dann die Flüssigkeit beim Kochen fleißig abgeschäumt worden ist, so schütte die Champignon dazu, lasse sie aufkochen und schäume nochmals. Hierauf nimmt man das Geschirr vom Feuer und thut die Champignon, jedoch nicht sehr fest, in kleine erwärmte Zuckergläser mittelst eines silbernen Eßlöffels. Hierauf klärt man die Brühe durch ein Haarsieb in eine Schaale, lasse dieselbe sich wieder setzen und gieße so viel davon in jedes Glas, daß die Pilze ganz

damit bedeckt sind. Hierauf verbinde man die Gläser mit Blase und Papier, und verwahre sie an einem kühlen Ort.

Von den übrigen Gewürzen sehe man den ersten Theil.

Capitel 23.

Bereitung von einigen Getränken.

Im ersten Theil haben wir bereits das Vortheilhafte einsehen gelernt, welches der Genuß des reinen guten Brunnenwassers in Krankheiten gewährt; aber eines Theils ist dasselbe nicht immer zu bekommen, andern Theils verweigern es manche Kranke hartnäckig zu trinken. In solchen Fällen werden folgende Getränke Aushülfe gewähren können.

1) Würze oder Malztrank. Man nehme ein Maas kochendes Wasser, gieße es auf drei bis vier Löffel voll Luftmalzpulver, lasse es einige Stunden stehen und seihe es durch. Der Geschmack, angenehm süßlich, wird noch verbessert, wenn man auf das Maas Trank zwei Löffel weißen Wein und etwas reinen braunen Zucker thut, oder auch etwas weniges grobgestoßenen Sternanis mit dem Malze zugleich anbrüht. Dieser Trank führt gelinde ab, hält sich aber nur ungefähr dreißig Stunden.

2) Tamarindenmolken. Man nehme auf ein Maas Molken zwei bis vier Loth Tamarindenmark, setze es den Molken zu, lasse alles über dem Feuer aufwallen, seihe es durch und gebe es zum Trinken.

Anmerkung. Alle Molken müssen schnell verbraucht werden, indem sie leicht verderben.

3) Molken mit Kräutersäften bleiben der nähern Bestimmung des Arztes überlassen; gewöhnlich rechnet man auf ein Maas zwei bis drei Loth Kräutersäfte.

4) Limonade. So leicht dieses Getränk zu bereiten

scheint, ist es doch nicht der Fall. Verwerflich ist die Manier, den Zucker dazu auf der gelben Citronenschaale abzureiben; es erregt, die übrigen Nachtheile abgerechnet, Kopfschmerzen.

Man nehme auf ein Maas Wasser den Saft von zwei Citronen, der vorher durch Fließpapier ganz wasserhell abgeseiht worden ist, und setze nach dem Geschmack des Kranken Zucker hinzu, gewöhnlich ein Viertelpfund.

5) Apfeltrank. Man nehme ungefähr zwanzig Loth geschälte Reinetten oder Borsdorfer, kocht sie in einem wohlverschlossenen irdenen Gefäß eine Stunde lang mit einem halben Maas Wasser, drückt es durch ein Tuch oder Haarsieb, setzt einen Löffel Rheinwein und so viel Zucker, als der Kranke wünscht, hinzu.

6) Himbeersaft oder Himbeeressig, so wie andere Früchtesäfte, können ebenfalls den Geschmack des Getränkes für Kranke verbessern.

7) Thee und Kaffee. Es gibt Personen, die, wenn sie krank sind, eigensinnig auf früheren Gewohnheiten beharren; solchen muß, zumal in der Reconvalescenz, der Arzt etwas erlauben, weil man bis jetzt immer den Glauben noch hat, wir könnten durch unsere Arzneien allein die schlimmsten Uebel heilen. Möchten doch berühmte und einflußreiche Aerzte den Anfang endlich machen, die strengste Diät den Kranken vorzuschreiben und unerbittlich gegen die sich weigernden Patienten zu sein. In den oben angegebenen Fällen, und wo der Arzt den Muth nicht besitzt, sich seiner Rechte zu bedienen, kann zum Frühstück eine Tasse reiner Thee oder reiner Kaffee erlaubt werden. Jedoch höchst verwerflich scheint es mir zu sein, und doch ist es in allen medicinischen Kochbüchern empfohlen, den Geschmack des Kaffees durch Hirschhorn, weißen Senf, Eichorien, Runkelrüben oder Erdmandeln zu verbessern. Ein gut

brannter, seines Aromas also noch nicht beraubter Kaffee, der frisch bereitet nur mit kochendem Quell= oder Brunnenwasser aufgegossen oder gesotten und nicht lange gestanden ist, bleibt einzig und allein empfehlenswerth.

Den Thee aber mit Vanille, Zimmt, Citronenschaalen, mit einem Brei von gestoßenen süßen und bittern Mandeln, Gewürznelken, Zimmt, Orangenblüt= und Rosenwasser oder Eidottern zu bereiten lassen, und solche Mischungen Wöchnerinnen, Schwindsüchtigen, Entkräfteten, von Faul= oder Nervenfiebern Genesenden, mit Stein= und Urinbeschwerden Behafteten vorzuschlagen, wie es Menzzer thut, heißt offenbar nicht als rationeller Arzt handeln.

In Betreff des Eichelkaffees siehe das 16. Capitel des ersten Theils.

Capitel 24.

Ueber die Kochgeschirre.

Es versteht sich wohl von selbst, daß die höchste Reinlichkeit gerade in der Krankenküche herrschen soll; trotz dem kann es doch geschehen, daß Speisen, welche an und für sich gesund sind, auf den Kranken eine unerwartet ungünstige Wirkung hervorbringen. Oefter hat man, der Ursache davon nachforschend, bemerkt, daß die Schuld an den Kochgeschirren lag; daher merke man Folgendes:

1) Kupferne und messingene Kessel oder Caserolle, auch selbst wenn sie verzinnt sind, soll man weder zur Bereitung von Braten noch sauren Speisen benützen. Dagegen können Gemüse in ihnen schnell abgebrüht werden; nur mit der Vorsicht, daß man zuerst das leere Wasser kochend werden, sie dann nicht in dem Kessel stehen läßt, sondern sogleich herausnimmt.

2) Zinnerne Suppentöpfe sind jetzt sehr außer Gebrauch gekommen, indem sie nicht allein leicht schmelzen, sondern auch durch scharfe Speisen angegriffen werden. Fleisch kann in ihnen ohne Gefahr gesotten werden.

3) Kochgeschirre von verzinntem Eisenblech sind zwar haltbar, werden aber von der hellen Flamme leicht zerfressen, und können ebenfalls für saure Sachen nicht gebraucht werden.

4) Eiserne unglasirte Töpfe. Sehr haltbar und Ungesäuertes nicht schwarzfärbend, wenn sie zu dem Gebrauch also vorbereitet werden: Man reibe den Topf mit einer Schwarte vom Speck äußerlich recht gehörig ein. Hierauf nehme man einige Hände voll geschnittenes Haberstroh, Heckerling (ist ebenso gut und nicht eckelhaft, wie der von Menzzer vorgeschlagene Pferdemist), und buchene Asche zu gleichen Theilen, thue beides in den Topf, gieße kochendes Wasser bis fast an den Rand hinzu, und läßt es eine Stunde ununterbrochen auf allmälig verstärktem Feuer rasch kochen. Während dem Kochen rühre man die Masse mit einem hölzernen Spatel, und lasse sie einige Mal völlig überkochen. Ist dieses geschehen, so schüttet man die Flüssigkeit weg, scheuert mit feinem Sand und Wasser das Innere des Topfes reinlich aus, spült und füllt ihn mit frischer Kuhmilch, welche man ebenfalls mehrere Mal überkochen lassen muß, wäscht ihn wiederum sauber aus, und hebt ihn zum Gebrauch auf. Diese Verfahrungsweise muß aber genau beobachtet werden, wenn sie den beabsichtigten Zweck erfüllen soll.

Glasirte eiserne Töpfe reibe man auswendig gehörig mit Fett ein und lasse ein oder zwei Mal reines Wasser darin sieden, worein einige Hände Heckerling geworfen wurden; denn die Glasur schützt vor dem Schwarzwerden der Speisen, nicht aber vor dem Zerspringen.

In unglasirten eisernen Töpfen lassen sich Suppen und nicht scharfe Gemüse sehr schmackhaft zubereiten. Weder diese jedoch, noch die glasirten, schicken sich zum Braten oder Schmoren, indem diese Speisen zu leicht anbrennen.

5) Irdene Kochgeschirre. Sie sind zum Kochen wie Braten gleich gut; darunter die mit Gesundheitsglasur und die Passauer die empfehlenswertheren.

6) Steingutenes Kochgeschirr steht in gleichem Werth wie das vorbezeichnete.

Kücheneinrichtung.

Ich wiederhole hier, was Menzzer in dieser Hinsicht ausgesprochen hat:

„Eine gute Kücheneinrichtung gehört, gleich wie eine gewisse petite chambre, zu den vorzüglichsten Requisiten eines bequemen Wohnhauses, worauf man beim Anbaue der neuen Gebäude vorzüglich sein Hauptaugenmerk richten sollte; gewöhnlicher Weise wird aber gerade das Gegentheil beobachtet, denn man pflegt ihr meistentheils den allerschlechtesten und dunkelsten Platz im Hause einzuräumen. Ist dieses Nothwendigkeit, so läßt sich die Sache entschuldigen, wo nicht, so verräth es Mangel an Baukunst und Vorliebe für Unreinlichkeit und Schmutzerei. In einem solchen dunkeln Loche, worin man vielleicht genöthigt ist Tag und Nacht Licht zu brennen, worin es beständig raucht, und stets kalt und zugig ist, läßt sich wahrhaftig nicht mit Lust die Küche besorgen: es macht den Koch oder die Köchin mißvergnügt, träge zur Arbeit, und gibt nicht selten zur Nachlässigkeit, Unreinlichkeit und zu den gefährlichsten Irrthümern und Vergiftungen der Speisen die nächste Veranlassung.

Der Anblick einer schmutzigen Küche verräth nicht selten die Unreinlichkeit der Hausfrau, so wie fade, geschmacklose, schmierige Suppen und Gemüse.

Wenn ich so in den Häusern zu meinen Kranken gehe, so pflege ich sehr gern einen Seitenblick auf die Küche zu werfen, und hiernach mit die Prognosis der Krankheit meines Kranken zu beurtheilen. Denn es bleibt ausgemacht gewiß, daß ohne eine zweckmäßige gute diätetische Pflege selbst die beste Medicin oft ihre Heilkräfte versagt, vorzüg-

lich in ernsthaften hitzigen Krankheitsfällen, wo vielleicht schon wenige Stunden oder Tage über Besserung oder Tod entscheiden. Finde ich also unter solchen Umständen die Küche in einem rechtlichen und reinen Zustande, so pflege ich mir zur Rettung meines Kranken auch mehr Hoffnung zu machen.

Eine gute Küche muß gleichsam einem freundlichen Wohnzimmer gleichen, worin der Koch oder die Köchin zur Noth leben und wohnen kann. Sie muß hell und geräumig sein, einen hölzernen Fußboden haben und mit einer Rinne oder einem Gossensteine versehen sein, damit man nicht nöthig hat, das Spülwasser wegzutragen. Ferner muß sie nicht beständig rauchen, noch eine empfindliche Zugluft darin wehen, sondern sie muß im Winter etwas warm und im Sommer kühl sein. Der Heerd muß seine gehörige Höhe und Tiefe haben, damit man sich nicht zu bücken braucht, und die Kochgeschirre leicht an und von dem Feuer gesetzt werden können. Vor dem Heerd müssen mäßig breite steinerne Platten eingesenkt sein, damit die etwa vom Feuer herunterfallenden Kohlen keinen Schaden anrichten können. Der Rauchfang muß gehörig geräumig und hoch sein, damit die vor dem Heerde stehenden Personen sich gleichfalls nicht zu bücken brauchen, noch beim Aufrichten sich an demselben den Kopf beschädigen und die etwa über und außerhalb dem Rauchfange aufgestellten Küchengeschirre nicht herunterstoßen können. Die Anrichter und die Bräte müssen stets rein gehalten werden, und ohne alle Vermalung z. B. den eigentlichen fein gehobelten Speisetischen gleichen, welche man in einigen Bauernhäusern anzutreffen pflegt. Daher müssen sie alle acht Tage mit Seifenwasser und Sand wohl abgewaschen werden, damit kein Schmutz sich darauf ansammeln kann. Das Nämliche gilt von den hölzernen Löffeln, Hackbrettern und Tellern. Die Kochgeschirre müssen nach ihrem Gebrauche mit kochendem Wasser wohl gereinigt, ausgetrocknet und dann unzugedeckt frei und offen wieder an ihren gewöhnlichen Platz hingestellt werden. Auch muß man in keinen Suppentöpfen Fleisch braten oder schmoren, oder in Schmortöpfen Suppe kochen: beides ist unrechtlich und verdirbt den Geschmack der Speisen. Es darf ferner in einer guten Küche nicht an den gehörigen reinen Hand- und Wischtüchern fehlen, welches so sehr oft und gewöhnlich der Fall ist; auch müssen die gewöhnlichen Aufwaschtücher nach ihrem Gebrauche ebenfalls wieder rein gewaschen und zum

Trocknen aufgehängt werden. Wenigstens ein Mal alle Jahre muß eine Küche überweißt und von Insekten, Spinnen und Spinnengeweben, welche sich so gern in den Küchen einnisten, gereinigt werden. Dicht neben der Küche muß sich eine helle, geräumige und kühle Speisekammer befinden, worin, vorzüglich in den Sommermonaten, die Schmeißfliegen abgehalten werden, auf die etwa vorräthigen Speisen ihre Brut abzulagern: gute Fliegenschränke können diese indeß entbehrlich machen.

Was nun endlich die physischen und moralischen Eigenschaften eines guten Kochs oder einer Köchin betrifft, so müssen solche Personen von gesetzten Jahren, nicht leichtsinnig, flatterhaft oder verschwenderisch, sondern ernst und bieder, treu und ökonomisch, vorsichtig und in der Noth beherzt, hinlänglich körperlich stark und gesund sein. Sie müssen sich zu rathen und zu helfen wissen, um ihre Herrschaften bei etwaigen unverhofften Besuchen von Freunden nicht in Verlegenheit zu bringen. Sie müssen ferner ihre Kunst wohl studirt haben, und was ihnen hievon abgehen sollte, müssen Talent und Raffinirungsgeist ihnen vollkommen ersetzen. Reinlichkeit, sowohl in Zubereitung von Speisen, wie auch vorzüglich an ihrem Körper selbst, muß ihnen gleichsam als eine Eitelkeit angeboren sein. Ihre Sinnes-Organe, vorzüglich ihre Augen, Nase, Hände und Gaumen, müssen sich in einem stets gesunden, reinen, unverdorbenen Zustand befinden. Sie dürfen nicht dem Trunk ergeben sein, und weder Schnupftaback noch Rauchtaback leidenschaftlich lieben.

Zweite Abtheilung.

Ueber diejenigen Krankheiten, welche vorzüglich durch diätetische Mittel verhindert werden können.

Da ich dem eigentlichen Zwecke dieses Buches entgegen handeln würde, wenn ich mehr als die von den Nichtärzten vorzüglich gekannten Krankheiten besprechen wollte, so muß

dieses auf ein besonderes Werkchen, einzig und allein diesem Gegenstande gewidmet, verschoben bleiben. Da mir Zückerts alphabetische Ordnung am brauchbarsten schien, so habe ich sie beibehalten, und bin ihr auch so weit gefolgt, als wir in unsern Ansichten übereinstimmen.

Capitel 1.

Abnehmen, Atrophie der Kinder, Dörrsucht.

Sie entsteht durch vernachläßigte Hautkultur und ungesunde oder in allzugroßer Menge gereichte Nahrungsmittel, und hat ihren Grund in Verschleimung und Verdickung der Säfte, wodurch die Gefässe verstopft und die Verdauung unregelmäßig oder ganz unterbrochen wird. Verhütet kann daher die Krankheit werden, wenn man den Kindern die passende Nahrung nnd in der für den Körper allein nöthigen Menge reicht. Schädliche Nahrungsmittel aber sind: die allzufette Ammenmilch, oder die zu viel Käse enthaltende; die Mehlbreie und Mehlspeisen, das schwarze Brod, die Hülsenfrüchte, die mehligen und Knollenwurzeln, der Kuchen und Konfekte, oder stark mit Zucker versetzte Sachen aller Art; das saure und herbe Obst, das kalte Nachtrinken.

Geheilt kann die Krankheit werden, wenn folgende Diät eingeschlagen wird. Man entziehe den Kindern einen Theil der bisher gewöhnten Nahrungsmittel, d. h. man lehre sie das Fasten: selbst die Säugenden sind mit eingeschlossen. Dadurch werden nicht allein die Mittel des Arztes wirksamer, sondern die Natur hilft sich dann oft auch selbst und schafft die kranken Stoffe fort.

Die gereichten Speisen sollen leicht verdaulich, daher mager und dünn sein. Da Milch höchst verderblich in dieser Krankheit wirkt, so müssen die Säugenden entwöhnt

werden. Die Breie werden mit sehr dünner Fleischbrühe aus Weißbrod, Semmel oder Zwieback ganz locker eingemacht; die Suppen ebenso, sehr dünn und klar, aus Perlgraupen, Gries, Reis und Habergrütze. Alle dicken Speisen sind schädlich. — Kindern von einigen Jahren sind die Molken anzuempfehlen; man gibt sie, gemäß dem Alter, zu ein oder zwei Tassenköpfen früh und Nachmittags. Ein und zwei Theelöffel rothen Wein nüchtern zwei Mal täglich, und wenn der Magen gehörig gereinigt worden ist, Fleischbrühsuppe mit Petersilie, Pastinak, Sellerie, Haberwurzel geben die verlorene Kräfte wieder. Das Hauptmittel aber für diese Krankheit, und deßwegen hier zuletzt genannt, ist der methodische Gebrauch des Eichelkaffees, der neben fleißigem Baden in warmem Seifenwasser in manchen Fällen fast alle andere Nahrung und Arznei entbehrlich macht.

Capitel 2.

Ansteckende Krankheiten durch Diät zu verhüten.

Unter die am leichtesten ansteckenden Krankheiten gehören die Pest, das bösartige Nervenfieber, die Pocken, Masern und das Fleckfieber. Wer von jeher an eine gewisse, doch auch nicht übertriebene Regelmäßigkeit in der Lebensordnung gewöhnt war, hat so leicht von jenen Uebeln nichts zu fürchten. Diejenigen aber, welche sich bis dahin Ausschweifungen zu Schulden kommen ließen, sollen sich bemühen, ihren Körper an eine gewisse Ordnung zu gewöhnen, d. h. an Mäßigkeit und Nüchternheit in Speis und Trank. Man vermeide den reichlichen Genuß des Fleisches und solcher Speisen, die ein dicksaftiges Blut erzeugen; ferner, wer stark Wein oder andere geistige Getränke trinkt, vermindere die Portionen, und nehme öfter frisches

Wasser zu sich, was mit Citronensaft oder gutem Weinessig säuerlich gemacht ist; auch säuerliche Molken und täglich zwei Mal ein Spitzglas voll Mosel= oder guten Rheinweines (natürlich mit Hinweglassung aller übrigen Spirituosa) sind zu empfehlen. Man genieße völlig reifes Obst, vorzüglich das weinsäuerliche, Kohlgemüse und besonders Salatkräuter. Anmerkung. Ich verweise hier ein für alle Mal auf den ersten Theil.

Die Gemüse werden mit folgenden Zuthaten gewürzhaft gemacht: mit Majoran, Thymian, Salbei, Petersilienkraut, Pfefferkraut, Calmus und Pimpinelle. Man esse zuweilen Butterbrod, worauf von jenen Kräutern feingewiegt darauf gelegt ist, und kaue öfters ein Stück der ebengenannten Wurzeln.

Fühlt man ein gewisses Unbehagen, Appetitlosigkeit, Abwechslung von Frost und Hitze, u. s. w., die gewöhnlichen Vorboten ansteckender Krankheiten, so wird die Anwendung von Essig, Sauerhonig, Fliedersuppen, Thee von Melissen, Flieder oder Chamillen, neben ganz strenger Diät oft dem Ausbruch der Krankheit vorbeugen können, so wie der häufige Genuß von gutem frischem Wasser und Bewegung in reiner Luft.

Capitel 3.

Das Asthma oder die Engbrüstigkeit.

Diese höchst beschwerliche und bei längerer Dauer lebensgefährliche Krankheit kann, wenn sie nicht aus organischen Fehlern entspringt oder schon zu weit vorwärts geschritten ist, durch ein gutes diätetisches Verhalten fast allein geheilt werden.

I. Zu vermeiden sind:

a) die süßen, mehligen und Blähungen erzeugenden Wurzelgewächse.

b) Alle Hülsenfrüchte, Getreidearten und daraus bereiteten Speisen, z. B. Gries, Graupen, Reis und sämmtliche Mehlspeisen.

c) Die Fleischgallerten, das junge weichliche Fleisch, Kalbskopf, Kalbsfüße, die allzunahrhaften Fleischbrühen. Austern, Schnecken, Muscheln, großen Krebse, Neunaugen, Zärten, Gänse, Enten, Wasservögel, Seefische, geräuchertes oder gepöckeltes Fleisch, die großen Süßwasserfische mit schleimigem, weichem Fleisch, Milchspeisen, Eier und auch die verschiedenen Käse.

d) Die Kohlarten und der gewöhnliche Feldsalat.

e) Alle süßen Früchte, wie Feigen, Melonen, Kürbis, Birnen, großen Rosinen.

f) Alle süße, eingemachte, schmierige Konfekte und Compôts.

g) Alles Fette und Oelige.

h) Waizenbrod und Kuchenbäckereien.

i) Die herben und scharf sauren Speisen; Vorsicht bei Anwendung des Essigs; saure und herbe Weine.

k) Die hitzigen Gewürze und sehr spirituösen Getränke. Nicht immer wird es nöthig, ein Glas Wein oder Bier zu verbieten, nur Ausschweifungen darin.

II. Anzurathen sind dagegen:

a) Die bitterlich-seifenhaften, scharfen Wurzeln und Kräuter in Suppen, als Gemüse und Salat, z. B. die Scorzonere, Weißwurzel, Spargel, Cichorie (Blätter und Wurzel), Pfaffenröhrchen, die Sprossen der Hedernessel und des Hopfens, Capern, Bachbungen, Körbel, Fenchelwurzel, Radischen (Rettig und Meerrettig sind zu scharf), Rübenkörbel, zu Salaten welsches Pimpinellenkraut, Kresse und Löffelkraut. Zu den Salaten nehme man lieber Citronensaft, und treffe die richtige Mitte zwischen sauer und fett.

b) Das süß-säuerliche recht reife Obst, vorzüglich Erdbeeren, Johannisbeeren, Heidelbeeren, Kirschen und Pfirsichen; zuweilen mit etwas Wein und Zucker.

c) Der Zucker in Wasser mäßig angewendet, noch besser aber der Sauerhonig.

III. In kleinen Quantitäten dürfen genossen werden:

a) Das trockene und mürbe Fleisch der zahmen und wilden Thiere, Vögel, vorzüglich gebratenes Fleisch, in Salzwasser gekochte oder gebratene Fische, zuweilen ein Hering.

b) Blumenkohl, Spinat, zarter Wirsing.

c) Dünne Fleischbrühe, Brod=, Bier= und schwache Weinsuppe.

d) Zu Mittag ein Glas französischer Rothwein, ein gutes braunes Halbbier oder Braunbier mit Wasser gemischt, übrigens aber häufig gutes frisches Quellwasser.

Capitel 4.

Ausschläge durch Diät zu verhüten und zu heilen.

Als häufige Folge einer ungeregelten Lebensordnung zeigen sich Finnen, Leberflecken, Sommersprossen, Hitzblattern, Flechten, Krätze, Kupferhandel, chronische Friesel.

I. Zu vermeiden sind:

a) Geräuchertes, gesalzenes Fleisch, starke Fleischbrühen und zu häufiger Fleischgenuß, Wasservögel und Wildpret, Schweinefleisch.

b) Die Hülsenfrüchte, Mehlspeisen und sehr fette Gemüse.

c) Hitzige Getränke und Gewürze.

II. Anzurathen sind trockenen und galligen Naturen:

a) Die süßen und süß=bitterlichen Wurzeln; Zuckerwurzeln, Pastinak, rothe Rüben, weiße und gelbe Rüben, Mangolt, Haberwurzel, Sellerie, Scorzonere, Cichorien am Fleisch, Suppen und als Salat.

b) Die wässerigen und kühlenden Kohlkräuter und Gartengewächse; z. B. Spargel, Spinat, Blumenkohl, Rapunzen, junge Erbsen, Schoten, Artischocken, Pappeln, Bachbungen, Endivien, Laktuken, Portulak, Sauerampfer, Körbel, frische Gurken; Körbelsaft alle Morgen 6 bis 8 Loth.

c) Suppen von Reis, Gries, Sago, Graupen dünn in Wasser oder Fleischbrühe.

d) Milchspeisen, Milch, Molken, wenn zuvor der Magen gereinigt wurde.

e) Alles frische aber reife Obst.

f) Frisches gutes Brunnenwasser, Habertrank.

III. Anzurathen sind schleimigen und dickblütigen Naturen:

Cichorie, Scorzonere, Löffelkraut, Kresse, Körbel als Salat und Gemüse. Die frisch ausgepreßten Säfte dieser Pflanzen in Fleischbrühen. Capern. Habertrank, Wachholdertrank. Rettig und Meerrettig. Mäßiger Genuß eines ganz alten weißen Rheinweines.

So lächerlich, sagt Zückert, die Forderung ist, eine Blutreinigung vorzunehmen, ohne diejenigen Nahrungsmittel abzuschaffen und zu vermeiden, welche das Blut verunreinigen; so schwer ist es, den meisten Menschen solches begreiflich zu machen.

Capitel 5.

Auszehrung.

Eine gute Lebensordnung bewirkt in dieser furchtbaren Krankheit bei weitem mehr, als ganze Flaschen Medicin. Der vortreffliche Zückert, leider von den jüngeren Aerzten vergessen, weil sie nicht mehr Zeit haben, die besseren Schriften ihrer Vorfahren zu lesen, hat uns vorzügliche diätetische Regeln hinterlassen, die ich mit einigen Zusätzen hier wieder gebe.

1) Die Fleisch- und Kraftbrühen, Gallerten, Milch und Milchspeisen, weiche Eier, Schleimsuppen, Mandel- und Mohnmilch, sind hier anzurathen, und zwar je fieberfreier und kräftiger der Kranke noch ist. Der Kranke kann dabei folgendermaßen verfahren: Entweder einen Tag nichts als Milchspeisen und den andern Tag nur Bouillons, oder Mittags und Abends Milchspeisen, Morgens und Nachmittags Bouillon.

Zu vermeiden sind dabei Obst, saure Speisen, Wein und Bier.

2) Der reine Cacao und noch besser die Moos- oder Reischocolade sind anzuempfehlen; ebenso Eichelkaffee.

3) Eier; man gebe davon nur den Dotter weich ge-

sotten oder auch in heißer, dünner Fleischbrühe. Sie erfordern auch gute Verdauungskräfte.

4) In den Fällen, wenn gallig-schleimige Stoffe oder Magenentzündung vorhanden ist, wo also sehr stark nährende Brühen, Eier und Milch verboten werden müssen, sind anzurathen: dünn säuerliche Fleischbrühen, Molken, Reisschleim, Habertrank, Gersten- oder Malztrank, Apfeltrank, der Saft der frischen Gurken, Fruchtgelees (s. erste Abthlg.).

5) Wo hartnäckige Verstopfungen und Verschleimungen der Unterleibseingeweide vorhanden sind; leisten einzig und allein Brühen von den eröffnenden Wurzeln (s. 2. Band. erste Abthlg.), und die Eselsmilch wesentliche Dienste. Dabei werden Kräutersuppen, kleine gebratene Vögel oder Fische ohne das Fett, des Mittags, Abends nichts als einige Semmelbutterschnitten gegessen.

Die Eselsmilch mischt man mit Selterswasser und dem Saft der Frühlingskräuter. Selterswasser und Milch zu gleichen Theilen. Davon ein Maaß lau, entweder Morgens binnen einer Stunde oder in zwei Hälften, Morgens und Nachmittags. Diese Cur muß längere Zeit, vier bis sechs Wochen, fortgesetzt werden.

Capitel 6.

Blähungen. Verdorbener Magen. Magendrücken. Unverdaulichkeit. Windsucht. Windkolik.

Diese Uebel, die guten Freunde der Hypochondristen und hysterischen Weiber, werden in der Regel nur durch drastische Arzeneien behandelt, an die sich der Körper gewöhnt, so daß zuletzt kein Mittel mehr anschlägt; während man seine Gesundheit ganz oder zum Theil wiederherstellen könnte, wenn man die Natur in ihren Bemühungen die Krankheit zu bemeistern durch eine zweckmäßige Lebensordnung unterstützt hätte. „Es ist gut," sagt Zückert, „den Magen zu stärken und zu reinigen; aber man muß auch einmal den Anfang machen, seiner zu schonen." — Als Hauptregel gilt vor Allem:

Wenig essen, die Speisen durch Getränke nicht allzusehr verdünnen und nicht eher eine neue Mahlzeit zu sich nehmen, als bis die vorige verdaut ist. Die vornehmen Abendessen taugen für dergleichen Kranke durchaus nicht *); man esse mehrere Stunden vor Schlafengehen wenige und leicht verdauliche Speisen.

Außerdem, was schon im ganzen ersten Theile über die Verschiedenheit der Nahrungsmittel bemerkt wurde, und hier gleichfalls seine besondere Anwendung findet, gilt noch Folgendes:

1) Von den Nahrungsmitteln aus dem Thierreich genieße ein solcher Kranker frisches Fleisch von Thieren mittleren Alters in geringer Menge, nur am Tage, und kaue es gehörig; vermeide dagegen das junge, zu weichliche Fleisch und die Gallerten. — Wildpret nur auch, wenn es frisch ist. Dasselbe gilt von Vögeln.

Verboten sind: Fische von schleimigen und schlammigen Flüssen, Austern, Schnecken, Muscheln, große Krebse; dagegen erlaubt: frische Häringe, Sardellen, Forellen, Flußkarpfen, Karauschen, Barben, Gründlinge, Brathechte, Mittelhechte, Kaulbarsche, Sarden, Plätzen, Maränen, kleine Flußkrebse; nur gehörig gesalzen, was häufig in Süddeutschland verfehlt wird.

Verboten sind: Milch, Eier, Milch- und Eierspeisen.

2) Von Vegetabilien sind verboten: die mehligen, knolligen Wurzeln, Hülsenfrüchte, rohe Mehlspeisen, Kuchen und ausgewachsener Kohl, das gebackene und frische Obst (letzteres reif, geschält und in geringer Quantität schadet weniger).

Angerathen sind: das gekochte Obst, vorzüglich bei

---

*) Der geneigte Leser sehe meine medicinische Bibliothek: die Krankheiten der Vornehmen und Reichen populär pathologisch-therapeutisch dargestellt.

verdickter Galle, zarter Braun-Savoyer-Blumenkohl, Kohlsprossen, Spinat, grüne Erbsen, grüne Schminkbohnen als Gemüse; Spargel, Hopfensprossen, Eichorien als Salat.

3) Personen mit sehr reizbarem Nervensystem sollen sehr sauere und gesalzene, besonders aber die gewürzten Speisen meiden.

4) Verboten sind alle sehr süßen, fetten und öligen Speisen.

5) Verboten ist: eine Menge verschiedener Gerichte hintereinander zu essen.

6) Angerathen wird: zum Getränk reines frisches Wasser, vielleicht mit einigen Eßlöffeln guten Rhein-, Mosel-, Burgunder-, Medoc- oder Portoweines gemischt. Selten, und dann nur ein mäßiges Glas voll gutgehopftes Braunbier oder reinen, ungefälschten, nichtsüßen Wein, wenn man darnach keine übeln Folgen verspürt.

7) Zu vermeiden sind: alle übrigen Spirituosa.

8) Die Blähungen treiben ab:

a) Die Kresse, und bei kalten Naturen der Rettigwein.

b) Der Ysophthee. Pfefferkraut, Majoran, Thymian, Sellerie als Gewürze an die Gemüse.

c) Der Citronenmelissenthee,

d) Der Pomeranzensaft und die eingemachten Pomeranzenschaalen. Ueberzuckerter Anis und Calmus. Der Citronat. Die Raute frisch auf Butterbrod.

e) Der Kümmel, Anis, Fenchelsaamen in Suppen und im Brod.

f) Der französische Senf oder Mostricht.

g) Der Knoblauch, die Zwiebeln gekocht, Wachholderbeeren.

Capitel 7.

Bleichsucht. Weißer Fluß.

1) Angerathen:

a) Das mürbe feste Fleisch von Thieren mittlern Alters, gebratene Fische und Flußkrebse. Wildpret.

b) Die süßbitterlichen, scharfen Kräuter und Wurzeln.

c) Die sauern und herbsauern Früchte, wenn kein Asthma und Husten vorhanden ist.

d) Die gewürzhaften Kräuter, salzige und sauere Fleisch- und Gemüsespeisen.

e) Reines frisches Brunnenwasser, Selterswasser mit einigen Eßlöffeln Weines. Eichelkaffee.

f) Im veralteten weißen Fluß die Blut versüßenden und einhüllenden Nahrungsmittel, wie das junge Fleisch vom Kalb und Huhn, Reisschleim und Gerstenbrei.

2. Verboten sind:

a) Warme Getränke, außer Eichelkaffee.

b) Mehl-, Milch- und sehr fette Speisen.

c) Hülsenfrüchte, wässerige Salat- und Kohlgemüse, wässeriges Obst.

Capitel 8.

Blutflüsse.

I. Während des Blutflusses oder Blutbrechens,

1) sind anzurathen:

a) Die bittern Wurzeln, frische Gurken, Sauerampfer, junge Mohnrüben und grüne Erbsen.

b) Dürre Schleim-, Brod- und Wassersuppen.

c) Säuerliches und versüßtes Obst.

d) Kleine Vögel, Bratfische.

e) Reines Quellwasser, Habertrank, Gerstenwasser, schwache Limonade, säuerliche Molken.

II. Nach gestillten Blutflüssen

1) Sind anzurathen:

a) Dünne Fleischbrühen mit Citronensaft.

b) Selterswasser mit Milch vermischt.

2) Zu verbieten sind vor und nach dem Blutfluß:

a) Die herben, sehr sauern Früchte.

b) Milch-, Mehl-, Eier-, sehr fette und schwere Fleischspeisen.

c) Alle gewürzten Nahrungsmittel und heiße Getränke.

Capitel 9.

Brechen.

Entweder kann dasselbe von Vortheil sein, und dann muß es erleichtert, oder Gefahr drohend, und dann muß es unterdrückt werden. (Man sehe meine angeführte medic. Bibliothek.)

1) Unterhalten und erleichtert wird es durch laues Wasser, dünne Habergrüze, Butterwasser, dünne Milch.

2) Den Reiz dazu unterdrückt man durch eine Vermischung des Gelben von zwei Eiern, zwei Eßlöffeln rothen Weines, und eben so viel feingepülverten Zuckers.

3) Die Kräfte werden, nachdem es vorüber ist, wiederhergestellt durch Reis- und Gerstenschleim, Wachholdersaft, Quittengallerte.

Capitel 10.

Durchfall, Abweichen, Durchlauf.

1) Es sind anzurathen im Anfange:

a) Gerstenschleim, Habergrüze, Brodtisane.

b) Wenig leichte Gemüse und junges weiches Fleisch.

2) Es sind anzurathen beim Nachlaß oder Aufhören:

a) Wasser mit etwas Wein und Zucker, Warmbier und Malztrank.

b) Einige Eidotter in rothem Wein.

3) Es sind anzurathen bei hartnäckigem Durchfall:

a) Das herbe und sauere Obst, roh und gekocht.

b) Warme Milch mit Eidotter.

c) Ein Brei aus geröstetem Habermehl mit Hammelfleischbrühe gekocht oder aus Hirse.

d) Ein Brei aus Reis, Milch, Zucker und etwas Zimmt.

4) Es ist verboten:

a) Blähende, gährende, harte, zähe, rohsaftige Speisen.
b) Unreifes Obst und fettes Fleisch oder Fisch.
c) Schlechtes Bier, Milch.

Capitel 11.

Englische Krankheit.

1) Verboten sind: der Thee, das warme Wasser, Wassersuppen, dünner Mehlbrei oder Mehlgrüze, der Schleim aus Gries, Perlgraupen u. s. w., das warme oder weiche Brod, alles Fette, Sauere, Obst, süße Sachen, gekochtes Fleisch, Fische, Käse, Butter, Milch, Molken, schlechtes Bier.

2) Anzurathen sind:

a) Gut ausgebackenes Weißbrod, magere Fleischbrühen, Biersuppen mit Brod oder Eiern, weiche Eier, Gebratenes von vierfüßigen Thieren und Vögeln kleingehackt und mit Brod, Salz, Petersilie, Thymian u. s. w. gewürzt.

b) Gebratene Schuppenfische, gebratene Leber von Fischen, Kälbern, Vögeln.

c) Breie von Reis, Hirse, Gries dicklich im Wasser gekocht und mit etwas Zimmt gewürzt.

d) Reines Quellwasser mit etwas rothem Wein. Gut gehopftes Bier und guter Rothwein, zwei bis vier Mal des Tages eß- oder theelöffelweise; am besten aber Eichelkaffee.

Capitel 12.

Entzündungen.

Die Diät ist eine gleiche, wie bei den hitzigen Fiebern. Daß das kalte Getränk so schädlich dabei sei, wie einige Aerzte behaupten, hat die Erfahrung nicht immer bestätigt.

Es soll nur vorsichtig anfangs eßlöffelweise, wie bereits im ersten Theil beim Wasser erinnert wurde, gereicht werden.

Capitel 13.

Hitzige Fieber.

I. Allgemeine Regeln für jederlei Art hitzige Fieber.

1) Man versagt dem Febricitanten: die festen, die Fleisch- und die Eierspeisen, die Fleischgallerten und Kraftbrühen.

2) Man erlaubt ihnen: weiche Speisen, dünne Möhren, Suppen, leichte säuerliche Fleischbrühen mit Scorzoneren, Haberwurzel, Zuckerwurzel, Graupen. Reifes und gebackenes Kernobst.

3) Die Nahrungsmittel dürfen dem Kranken nicht in den Stunden des Tages gereicht werden, wo er sich am schlimmsten befindet, sondern dann, wenn das Fieber nachläßt.

4) Die Fieberkranken sollen recht viel trinken und zwar soll man sie nach und nach an mäßig kaltes Getränk gewöhnen.

II. Besondere Regeln:

1) In mäßigen Fiebern mit nicht gefährlichen Zufällen gebe man Gerstenwasser, Reiswasser, Graupen, dünnen Haberschleim, Hirsenabkochung oder von der Scorzonere, mit Sauerhonig oder Essig, mit Citronensaft sämmtlich vermischt. Brodtisane, Mandelmilch, Molken.

2) In starken Fiebern mit viel Durst und Hitze: Limonade, Wasser von Erdbeeren, Johannisbeeren Himbeeren u. s. w., säuerlicher Habertrank, Aepfeltrank.

3) In Faul- und bösartigen Fiebern: die mit Wein geschiedenen Molken, Gerstenwasser mit Weinessig, Rheinwein und Maulbeersaft.

4) Bei Mattigkeit in Faulfiebern kann man mit Erlaubniß des Arztes reinen Port- oder Madeirawein geben.

5) In der Mattigkeit nach Abnahme des Fiebers bei Nachtschweißen kann unter gleicher Bedingung dasselbe geschehen.

6) Die Fieberpatienten haben nicht selten Gelüste eigener Art, sehr häufige Vorboten einer Krankheitskrisis; daher soll Arzt und Wärter einem sehr heftigen Verlangen, so weit es immer ohne voraussichtliche Gefahr angeht, willfahren.

Capitel 14.

Kalte oder Wechsel- und Flußfieber.

1) Während des Frostes mag der Kranke chinesischen, Ehrenpreis-, Chamillen- oder Fliederthee trinken.

2) In der Hitze gebe man Brodtisane, Limonade, säuerliches Gerstenwasser u. s. f.

3) Nach überstandenem Paroxismus vermische man das Getränk mit Kirschen-, Johannisbeer-, Maulbeersaft und etwas guten Wein.

4) In den Tagen des Wohlbefindens gebe man Suppen und Gemüse von bittern aromatischen Kräutern, frische Kräutersäfte und vor Allem das frische gute Quellwasser, welches das Fieber oft allein schon vertrieben hat.

5) Zwei Stunden vor dem Fieberanfall sollen keine festen Speisen genossen werden.

6) Verboten zu essen sind: die sauren, schwer verdaulichen und im Magen leicht gährenden Speisen.

8) Anzurathen sind: Braten, kleine Fische und Krebse, zarter Kohl, etwas frisches oder gekochtes Obst, Blumenkohl, Spinat, Spargel, ein Glas guter Wein.

Capitel 15.

Gallenfieber, Gallenruhr.

1) Anzurathen sind: Habergrüze, Reiswasser, Reisschleim, Gerstenschleim, Wassersuppen von Gries, Graupen, Salat von Endivien, Portulak, Sauerampfer, Lattich mit gutem Weinessig, säuerliches Obst; Wurzelsuppen und Gemüse, sauere Molken.

2) Verboten sind: Alle Gewürze, Fleisch und Fleischbrühen, Milch, Eier, starke Weine, dicke Biere, alles Fette.

Capitel 16.

Geschwüre jeder Art. Krebs.

1) Verboten sind überhaupt; Hülsenfrüchte, Pöckel- und Räucherfleisch, alles Gesalzene und Scharfe, wie Meerrettig, Rettig, Knoblauch, Zwiebel, Gewürze, hitzige Weine, allzu saure Früchte. Fleischgallerten, Eier, Speck, thranigte Fische, Wasservögel, alle fette Speisen.

2) Bei sehr verschleimten Phlegmatikern sind anzuwenden: die abführenden und bittern Kräuter und Wurzeln.

3) Bei gutem Eiter und cholerischen oder sanguinischen Subjecten sind verboten: die abführenden Kräuter und Wurzeln.

4) Anzurathen sind dann: alle milden, leichtnährenden Speisen und Getränke, dünne Fleischbrühen; zuweilen Milchdiät.

Capitel 17.

Gicht, Rheumatismus, Podagra.

1) Verboten sind ein unmäßiges Leben, das Saufen und viele Fleischessen, die dicken hefigen Biere, die fetten,

scharfsalzigen Speisen, groben Hülsenfrüchte, rohen Mehlspeisen, herbsaure Sachen, Gewürze und starke Weine.

2) Anzurathen sind: die süßen, süßbitterlichen Kräuter und Wurzeln, die kühlenden, wässerigen Kohlarten, Kräuter und Salatpflanzen, die Getreidearten, alles frische und gekochte Obst, ganz besonders Erdbeeren. Zuweilen die Milchdiät.

3) Anzurathen ist: der allmälige Uebergang zur strengen Diät und das Fasten während des Paroxismus.

4) Zu vermeiden sind: alle sauern, weinsteinigen, geschwefelten Weine, wie der Rheinwein.

8) Anzurathen sind: das reine frische Wasser zum Getränk; zuweilen ein Glas alten Franz=, leichten Medoc=, spanischen oder oberungarischen Wein. Im Paroxismus: Molken, Wasser mit Milch, Habertrank, Birkensaft.

9) Anzurathen sind in der kalten eingewurzelten und scorbutischen Gicht: früh ein Pfund Kuhmilch, worin zwei Loth Meerrettig abgekocht, nüchtern auf ein Mal zu trinken. Die kühlenden, süßbitterlichen und antiscorbutischen Kräuter.

Capitel 18.

Hämorrhoiden, goldene Ader.

1) Zu vermeiden sind: das viele Fleisch und starke Fleischbrühen, sehr gesalzene, scharfe und reizende Speisen, spirituöse starke Getränke, Gewürze, und dann am meisten, wenn sich der Fluß eingestellt hat oder die größten Schmerzen vorhanden sind; ferner die schwerverdaulichen, blähenden Vegetabilien.

2) Anzurathen sind: junges, zartes Fleisch, dünne Fleischbrühen, Flußfische, Krebse; die leichteren seifenhaften, säuerlichen, kühlenden, erweichenden Vegetabilien und Obst, das frische Brunnenwasser.

Capitel 19.

Kindbetterinnen.

1) Zu vermeiden sind in der ersten Zeit: alle fetten, nahrhaften Brühen; alle gewürzte, gesalzene, erhitzenden Speisen und Getränke, das viele Fleischessen, Weinsuppen.

2) Anzurathen sind: dünne Biersuppe, Brodsuppe, Reispanade, Reisschleim, Brodgallerte, Habergrüze, Graupen, dünne Fleischbrühe mit Kräutern und Wurzeln. Kleine Bachfische, Tauben, Hühner. Etwas frisches Obst. Wasser, Limonade, Wasser mit etwas Wein, Molken, Mandelmilch, und bei großer Schwäche Fruchtgeleen.

Capitel 20.

Langwierige Lähmungen, denen Schwäche zu Grunde liegt.

1) Anzuempfehlen sind: der Senf, die Kresse, Löffelkraut, Meerrettig, Zwiebel, Knoblauch; allein nur gebratene Vögel und Wildpret gewürzt mit Thymian, Majoran, Pfefferkraut, Wachholderbeeren, Lorbeeren. Brod mit Salz, Kümmel nnd Anis. Starkes, hitziges Bier, feuriger Wein. Kräuterbier, Kräuterwein.

2) Zu meiden sind: warme und erschlaffende Getränke, Suppen und Fleischbrühen, Eier, gekochtes Fleisch, Obst, Milch, Milchspeisen, Getreideschleime, Hülsenfrüchte, Kohl, wässerige Kräuter und Salate.

Capitel 21.

Lungen = Schwindsucht.

1) Zu vermeiden sind: das viele Fleischessen, starke Fleischbrühen, Nüsse, Kuchen, Gewürze, hitzige Biere und

Weine, sehr scharfe, gesalzene, saure Speisen und Früchte, grobe und schwerverdauliche Speisen. Heftige Bewegung und Gemüthsaffecte, Nachtschwärmen, Exzesse in der Liebe.

2) Angerathen werden: das gebratene Fleisch, wenig Krebse und Austern, wenig frisches weichgekochtes Fleisch, kleine Fische und die mit trockenem Fleisch und mit säuerlicher Brühe. Viel Vegetabilien, als Spinat, Sauerampfer, Körbel, Blumenkohl, gekochter Salat, Lactuke, Endivien, Portulak, Bachbungen, die süßen und bittersüßen Wurzeln, junge Erbsen, alles frische, gekochte, und gebackene Obst. Wasser, dünnes Bier, wenig Milchkaffee, dünne Gesundheitschocolate. Beim Husten: Sauerhonig, Mohrrübensaft, Steckrübensaft, Rosenzucker. In der ausgebildeten Schwindsucht: Kraftbrühen, Getreideschleime, Milch, Molken, Mooschocolade. Frische Gurken und deren Saft. Krebs-, Frosch- und Schildkrötensuppen.

Capitel 22.

Eigentliche Ruhr.

1) Wenn Ruhrepidemieen grassiren, schützt man sich dagegen: durch wenig Fleischessen, den häufigen Genuß des reifen Obstes, und zu Zeiten durch ein Glas guten Weines.

2) Verboten sind in jeder Ruhr:

a) Alles Fleisch, Fleischbrühen, Eier, Butter, Fett, Käse.

b) Alle harte, schwerverdauliche, darunter auch die Mehlspeisen.

c) Die anhaltend-stopfenden und zusammenziehenden Dinge.

d) Gewürze, Weine und Branntweine.

3) Anzurathen sind in der entzündlichen Ruhr: Molken, Gerstentrank, lauwarmes Wasser.

4) Anzurathen in der faulen oder galligen: das

wässerige, säuerliche Obst, Limonade, säuerliche Molken, Mosel- und Rheinwein, Apfeltrank.

5) Anzurathen sind in der bösartigen Ruhr: Hühner- oder Kalbfleischbrühe mit den bittern Wurzeln, Franken-, Mosel- und Rheinwein.

6) Anzurathen sind in jeder Ruhr: Der Genuß des frischen Wassers mit den im ersten Theil angegebenen Vorsichtsmaßregeln.

Capitel 23.

Schwindel.

1) Verboten sind: Viel geistige und warme Getränke, welche erhitzen; grobe, blähende, schwerverdauliche Speisen.

2) Anzurathen sind: Die dünnen, leichten und wässerigen Nahrungsmittel.

3) Anzurathen sind bei Nervenschwäche: Ein Brod aus feinem Roggenmehl, Suppe mit geröstetem und gepulvertem Brod; Brodgallerte mit ein wenig Wein und Zucker. Die bitterlichen Wurzeln als Gemüse und in Suppen. Capern.

Gebratene Hühner, Tauben, Krametsvögel mit einigen Wachholderbeeren.

Nahrhaftes, geistiges Bier, leichter Burgunder, rother Eremitage, Portwein, Medoc, täglich ein halbes Spitzglas.

Raute, Melisse, Majoran, Thymian, Pfefferkraut als Gewürz an die Speisen.

Capitel 24.

Steinschmerzen.

1) Anzurathen sind:

a) Mandelmilch, Wasser mit Milch, Molken, Habertrank, Gersten-, Reis- Graupenwasser, wenig aber oft. Bei heftigen Schmerzen süßes Mandelöl mit gleichen Theilen Veilchensyrup eßlöffelweise. Zwei bis vier Loth Honig mit einem Nössel (oder Quart) warmer Kuhmilch früh und Abends, laxirende Molken. Neben den öligen Mitteln müssen Oxymel, Citronensaft oder Essig, von ersterem ein, von letzterem einen halben Eßlöffel voll, genommen werden.

b) Wenige leichte Speisen, als: Kalbfleisch, Kalbsfüße, Krebse, dünne Fleischbrühe, Haberwurzeln, junge Mohrrüben, Spargel, leichtes Gemüse, Milchspeisen, Hühner, Tauben, kleine Vögel, frisches und gebackenes Obst. Beim Fieber läßt man jedoch strenge Diät beobachten.

c) Die scharfen Wurzeln und Kräuter, Rettig, Meerrettig bei schleimigen Subjekten.

d) Knoblauch, Mohrrüben, Hauhechelsalat.

e) Hopfen, Spargel.

f) Säuerliches und saures Obst. Erdbeeren.

g) Wachholderbeersaft, Abkochung von rothen Zisererbsen.

h) Gutes frisches Wasser, Habertrank, Waizenbier.

Capitel 25.

Verhärtete Drüsen und Eingeweide.

1) Vermieden müssen werden: Rohe Mehlspeisen, Kuchenwerk, harte Eier, sauere Milch, Käse, geräuchertes und gepöckeltes Fleisch, geräucherter Fisch, die großen dickschleimigen, hartfleischigen Fische, die Wasservögel, erdiges Wasser, dickes hefiges Bier, saurer weinsteiniger Wein und scharfe Speisen, Gewürze, geistige und heiße Getränke.

2) Anzurathen sind: Alle übrigen Nahrungsmittel,

zuweilen etwas fette und ölige Speisen. Frisches Wasser, Haber= und Gerstentrank. Selterswasser.

Capitel 26.

Verstopfte monatliche Reinigung.

Mit großer Vorsicht müssen diejenigen Mittel unter den Speisen, womit man den Monatsfluß wieder in Gang bringen will, gebraucht werden. Stets soll man hier einen erfahrenen Arzt zu Rathe ziehen. Man begreift aber darunter: Safran, Zimmt, Rosmarin, Salbei, Melisse, Raute, Meerrettig roh, Kichererbsenbrühe.

Capitel 27.

Verstopfung des Leibes.

Anzurathen ist: Frisches und gekochtes Obst, Wurzelgemüse, Braunkohl, Spinat, Melde, Sauerkohl, gekochter Salat, Molken, Linsenbrühe, kaltes Wasser in gehöriger Menge vorzüglich früh getrunken.

Capitel 28.

Wassersucht.

1) Verboten sind: Die schwerverdaulichen, blähenden, stopfenden und hitzigen Nahrungsmittel.

2) Anzurathen sind: Leichte, trockene, etwas erwärmende, gelinde zusammenziehende Speisen.

Für den Durst Citronenscheiben mit Zucker, Verjus, Quittengallerte. Einige Mal des Tages einen Eßlöffel gu=

ten Pontac oder Rheinwein. Außerdem hat man den Spargel, die Säfte der Petersilie, des Körbels, der Kresse, des Meerrettigs, der Scorzonere, der Möhren gerühmt, und auch der Rübsaamen, Wachholderbeeren und Zwiebel haben gute Wirkung bewiesen.

Capitel 29.

Würmer.

1) Verboten sind: Die rohen Mehlspeisen, Kuchenwerk, der Zucker, der Honig, die süßen Konfekte, das Obst, die mehligen und knolligen Wurzeln.

2) Anzurathen sind: Grobe, harte, eingesalzene Speisen, Zwiebelsuppe, mit Zwiebeln gewürzte Speisen, Meerrettig, Portulak, kaltes Wasser, Ysopthee, rohe Mohrrüben nüchtern gegessen, Birkensaft, Rautenkonserve, Aprikosenkerne, zwei bis drei Stück; geschnittener Knoblauch, Zwiebel früh nüchtern auf Butterbrod oder den ausgepreßten Saft mit ebensoviel Citronensaft und Baumöl, und etwas Zucker, zwei oder drei Morgen nacheinander nüchtern zu nehmen, und dann ein Abführungsmittel zu gebrauchen.

Dritte Abtheilung.

Von der Krankenpflege.

Es können hier natürlich keine in das Spezielle gehenden Vorschriften gegeben werden, und ich muß in dieser Hinsicht die geehrten Leser auf die Arbeiten von May, Krügelstein u. A. verweisen.

Capitel 1.

Allgemeine Pflichten und Eigenschaften, eines Kranken-Wärters.

Wer sich der Krankenpflege widmet, oder durch Unglück in seiner Familie dazu genöthigt wird, der erinnere sich stets, daß nachgenannte Pflichten und Eigenschaften es sind, welche die christliche Moral und das Gefühl der gegenseitigen Hülfeleistung von uns fordern.

1) Wer das Geschäft eines Krankenwärters übernimmt, der soll selbst einen gesunden, starken Körper haben, nicht an Flüssen, Ohnmachten, Ausschlägen u. s. w. leiden. Nur der Drang der Umstände kann eine Ausnahme gestatten.

2) Er sei treu und verschwiegen, im Gespräche mit dem Arzt aber offen und ohne Rückhalt.

3) Er bemühe sich um das Vertrauen des Kranken und übe sich darum in der Geduld.

4) Er befolge mit der größten Pünktlichkeit und Strenge die Vorschriften des Arztes.

5) Er beherrsche seine Leidenschaften und Neigungen (die zum Schlaf), und befleißige sich der Ordnung und Reinlichkeit.

6) Er berichte dem Arzt getreu die Aussagen des Kranken, und erzähle auf das Genaueste, was er selbst bemerkt.

7) Er beobachte mit Aengstlichkeit alle Zufälle, wann, wo, wie sie sich zeigen, und gebe sich Mühe, die Ursache derselben zu erforschen.

8) Vorzüglich der Aufmerksamkeit werth sind: die Lage, der Schlaf, der Stuhlgang, die Zunge, das Gesicht, der Geruch, Geschmack mit ihren Veränderungen.

9) Er zaudere nicht, selbst des Nachts, bei auffallenden Verschlimmerungen der Zufälle den Arzt herbeizurufen.

Capitel 2.

Schutz vor Ansteckung.

1) Der Wartende suche die gehörige Gemüthsruhe zu erhalten und vermeide sowohl Furcht als Vermessenheit.

2) Er begebe sich nie mit ganz nüchternem Magen zu den Kranken.

3) Er trage Sorge für nöthige gute Luft in den Krankenstuben, mache sich zuweilen Bewegung im Freien und erheitere sich durch Gespräche mit Andern.

4) Man vermeide die vielen Fleischspeisen und hitzigen Getränke.

5) Man esse wo möglich nicht in dem Krankenzimmer, oder von den Speisen des Kranken; schlafe auch nicht in jenen Zimmern und wechsle öfters die Kleidung.

Capitel 3.

Das Einnehmen der Arzneien.

1) Man gebe dem Kranken die Medicin genau zur bestimmten Stunde.

2) Man errege ihm keinen Ekel gegen die Arznei und mische sie nicht, daß er es sehe; spüle nach dem Gebrauch die benützten Gefäße sogleich wieder rein aus.

3) Liegende hebe man beim Einnehmen etwas in die Höhe.

4) Man halte sich mit der größten Genauigkeit an das von dem Arzte vorgeschriebene Quantum.

Capitel 4.

Von den Bädern, Klystieren, Umschlägen, Salbungen und Reibungen.

1) Man mache das Bad etwas wärmer als die Vorschrift ist, untersuche seinen Wärmegrad mit dem Fuße oder Ellenbogen.

2) Die Badestube soll ungefähr eine Temperatur von 12 bis 14 Grad Reaumur haben.

3) Bei kalten Bädern netze man zuerst Kopf, Brust und Schaamgegend.

4) Bei diesen Bädern sehe man darauf, daß Fußschweiße, die vorher da waren, durch gehörige Erwärmung der Füße nach dem Bade wiederhergestellt werden.

5) Nach dem Bad werde der Kranke gehörig abgetrocknet.

6) Die Temperatur der warmen Umschläge versuche man zuerst an sich selbst auf dem geschlossenen Augenliede.

7) Man sorge immer für frische, und lasse sie nie über eine Viertelstunde liegen.

8) Bei den kalten Umschlägen hat man zu verhüten, daß sie die Kleider und Betten nicht nässen. Wo es geht, wende man die mit kalten Flüssigkeiten gefüllten Schweinsblasen an.

9) Umschläge von Senf u. s. w. lasse man nur eine Viertel- oder halbe Stunde auf der Haut liegen, bis sich die letztere röthet.

10) Man sorge für eine gute Klystierspritze, und halte sie immer sehr rein.

11) Man sehe sich vor, die Klystiere nicht zu heiß in den Leib zu bringen, und den Stempel nicht mit Gewalt in die Spritze oder zu schnell hineinzustoßen.

12) Für Salbungen muß man erst die Haut von den Haaren, und durch Seifenwasser vom Schmutz befreien.

13) Man reibt gewöhnlich einer Erbse groß mit der flachen bloßen Hand, oder bei scharfen Mitteln mit übergezogenen Handschuhen, so lange, bis fast alles Fettige von der Haut verschwunden ist.

14. Die Reibungen setzt man so lange fort, bis sich die Haut röthet und die Wärme vermehrt.

Capitel 5.

Von dem Wäschewechsel und der Krankenreinigung.

1) Man erkundige sich beim Arzt umständlich, wann und wie dieses geschehen soll.

2) Man wasche die Kranken mit großen Schwämmen, und trockne sie dann mit gewärmten Tüchern sorgfältig wieder ab.

3) Die frische Wäsche werde wohl durchwärmt, aber nicht geräuchert, angezogen. Man verrichte es schnell, ohne viel Luftzug dabei zu erregen.

Capitel 6.

Von der Speisung der Kranken.

1) Man überrede den Kranken nie zum Essen, wenn er wirkliche Abneigung dagegen hat.

2) Man reiche dem Kranken nie Speise, wenn sich die Zufälle verschlimmern.

3) Man verweigere nicht mit Hartnäckigkeit eine Speise, wozu der Kranke unwiderstehlichen Appetit hat.

4) Man gebe dem Kranken wenig, aber öfter zum Essen.

5) Man beobachte vom Getränk, was im ersten und zweiten Theil über das Wasser gesagt worden ist.

Capitel 7.

Von der Unterhaltung und den Besuchen.

1) Man entferne strenge von dem Kranken alle schwatzhaften und neugierigen Personen.

2) Man lasse die Krankenstube kein Gesellschaftszimmer werden.

3) Man unterhalte sich auf eine angenehme, nicht angreifende Weise mit denjenigen Kranken, die der Unterhaltung bedürfen, und denen sie erlaubt ist, falle ihnen aber ja nicht lästig damit. Im Allgemeinen ist es besser, etwas zu wenig als zu viel zu sprechen.

Capitel 8.

Von der Bewegung des Kranken.

1) Bei Unterleibsübeln und wo es irgend die Natur gestattet, lasse man die Kranken laut lesen und sprechen.

2) Man lasse kurze, sich immer mehr verlängernde Spaziergänge machen; erst im Zimmer, dann in einem Saale, und zuletzt in der freien Natur.

3) Man lasse die Bewegung regelmäßig machen, bis zur gelinden Ermüdung; nicht zu schnell oder zu langsam.

4) Der Spaziergang darf nicht in den heißen Mittags- oder Nachmittagsstunden geschehen.

Capitel 9.

Von den Krankenzimmern.

1) Zu den Erfordernissen eines guten Krankenzimmers gehört: daß es von der freien frischen Luft bestrichen wer-

den könne, die Morgen- oder Abend-, nicht aber die Mittagssonne habe, gehörig hoch und breit sei. Alle Gegenstände, welche auf den Geist und Körper des Kranken nachtheilig wirken könnten, müssen entfernt werden.

2) Es soll nicht feucht oder dumpfig sein. Die frische Luft muß, wenn man es wünscht, leicht einströmen können.

3) Der Fußboden soll immer gehörig rein und trocken gehalten werden.

4) Im Winter erhalte man eine Wärme von zehn bis zwölf Grad Reaumur.

5) Die Räucherungen geschehen nicht mit wohlriechenden Sachen, sondern mit wirklich die Luft verbessernden Dingen, wie z. B. Essig- und Chlor-Dämpfe.

6) Das Bett werde nicht durch Zugluft von Thür oder Fenster getroffen, stehe auch nicht zu nahe am Ofen, oder an einer kalten Wand.

7) Für Augenkranke erhalte man ein gleichmäßig schwaches Licht.

8) Man vermeide, daß durch das Nachtlicht ein starker Lichtstrahl dem Auge des Kranken beschwerlich falle, oder sich an der Zimmerdecke reflektire.

Capitel 10.

Ueber die Krankenbetten.

1) Das Bett sei, womöglich, so eingerichtet, daß es sich leicht verrücken läßt, z. B. wenn die Füße desselben Rollen haben.

2) Vorzüglich sind die eisernen Bettstellen und Roßhaarmatratzen. Das Bett soll nicht über anderthalb Ellen breit sein, und immer so schmal, daß es durch die Thüre transportirt werden kann.

3) Der Bettkasten soll nicht höher, als acht Zoll vom Boden entfernt sein.

4) Um das Ungeziefer zu vermeiden, bestreiche die Bettfugen mit Firniß, der mit Wermuth und Pferdealoë gekocht wurde.

5) Man vermeide die Vorhänge an den Krankenbetten.

6) Das Bett muß wenigstens zwei Hand breit von der Wand abstehen.

7) Der Kranke soll im Bett auf der einen Seite nicht mehr Licht haben, wie auf der andern.

Capitel 11.

Von der Lage des Kranken.

1) Man befrage den Arzt, welche Lage für den Kranken am zwekmäßigsten sei, und suche ihn in derselben zu erhalten.

2) Manche Kranke befinden sich in einer für andere unerträglichen Lage wohl, dann soll man sie nicht zwingen, dieselbe zu verändern.

3) Das Bett werde immer auf das glätteste gelegt, und jede entstandene Zusammenrollung des Betttuches wieder ausgeglichen.

4) Das Bett soll immer auf das Reinlichste gehalten sein, und wenn der Kranke unter sich gehen läßt, müssen sogleich darnach trockene frische Tücher untergelegt werden, nachdem man die beschmutzten zuvor entfernt hat.

5) Wenn der Kranke aus dem Bett gehoben werden soll, so ist es am besten Tücher unter den Steiß und Rückgrath zu schieben, sie dann auszubreiten und dann von beiden Seiten den Kranken in das zweite daran stehende Bett überheben zu lassen.

Capitel 12.

Von der Pflege Wiedergenesender.

1) Man soll bei Wiedergenesenden mit Strenge darauf sehen, daß sie nicht plötzlich zu einer andern Lebensart übergehen, so wie Arzneien und diätetische Vorschriften des Arztes bei Seite setzen.

2) Man soll ihnen nicht zu schnell mehr Speisen oder wohl gar viel Leckereien reichen.

3) Man soll ihnen die erste Bewegung außer dem Bett durchaus mit der Vorschrift gestatten, daß sie sich nicht darin übernehmen.

4) Wiedergenesende dürfen nicht plötzlich, sondern nur allmälig zu ihren Berufsarbeiten zurückkehren.

5) Man lasse sogleich alles Mediciniren sein, sobald es der Arzt untersagt hat.

6) Wiedergenesende, denen der Gebrauch der Füße noch nicht gestattet ist, sollen nicht zu lange außer dem Bett zubringen.

7) Man beobachte alle Vorsicht bei den ersten Ausgängen Wiedergenesender und schütze sie vor Zugluft und Erkältung.

8) Höchst verwerflich ist der in manchen Ländern herrschende Gebrauch, daß der erste Ausgang Wiedergenesender in die Kirche sein muß; denn dadurch sind schon Tausende von Reconvalescenten doch noch auf den Kirchhof gekommen.

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Druckfehler.

S. 215 Z. 17 v. u., S. 216 Z. 13 v. u. und S. 217 Z. 8 v. o. lies Menzzer statt Menzger.

Druckfehler.

S. 215 Z. 17 v. u., S. 216 Z. 13 v. u. und S. 217 Z. 8 v. o. lies Menzzer statt Menzger.

Schinner

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Rohatzsch, R. H.

Die Krankenkochkunst oder Anweisung zur Bereitung der zweckmäßigsten Speisen und Getränke für Kranke und Gesunde

Stuttgart 1838

M.med. 905 e
urn:nbn:de:bvb:12-bsb10288445-6